

Възможностите на подсъзнанието в квантовия свят

Джон Кехоу



СЪДЪРЖАНИЕ

Благодарност

Глава 1: *Силата на разума*

Глава 2: *Съзнание*

Глава 3: *Квантова действителност*

Глава 4: *Митология на квантовия воин*

Глава 5: *Убеждения*

Глава 6: *Атлети на мисълта*

Глава 7: *Изтъкаване на мрежата*

Глава 8: *Подсъзнанието*

Глава 9: *Вслушване*

Глава 10: *Седемте дисциплини*

Глава 11: *Квантовото време*

Глава 12: *Създаване на модел за реалността*

Глава 13: *Еволюция на съзнанието*

Препоръчителна литература

БЛАГОДАРНОСТ

Винаги изпитвам затруднения, когато трябва да изкажа благодарността си в една страница, не защото не знам кого да включа, а защото не знам кого да не включа. Звучи клиширано, но като писател и човек, отдаден на самопознанието, всеки човек и събитие в моя живот имат своя смисъл и значение. Всеки човек, когото срещам, добавя частица към това, което съм, повлиява на възгледа ми за света и заслужава своето място тук.

Да включа ли Алис и Рей, моите масажисти, които съпреживяваха вълнението или отчаянието ми (в зависимост от писателските ми успех или неуспехи) седмица след седмица, докато пишех книгата? Да включа ли учителите, интелектуалците, мистиците и пророците, които са ме вдъхновявали чрез книгите, ученията, лекциите си, а понякога и чрез приятелството си? Като заговорих за приятелства, да спомена ли многото приятели и сътрудници, които са ставали свидетели на прозренията ми за съдържанието на тази книга и чиито реакции и идеи са били безценни за мен? А учениците и верните ми читатели по целия свят, които се свързваха с мен чрез сайта ми и посещаваха семинарите ми, определено на тях също трябва да благодаря за предоставения ми материал и вдъхновение. Да не говорим за изворите на духовност, предците, близките ми - списъкът няма край. Както виждате има много източници, които са ме вдъхновявали и са наливали „вода в мелницата“ на тази книга и много хора, които заслужават моята признателност. Изказвам благодарността си на всички тях.

Трябва да благодаря и на Дженифър и Рик Беарсто за редакцията, преписа, проверката и окуражаването. Редакторите изваждат най-доброто от автора, така че тяхната роля е много съществена и тази книга носи отпечатъка от усилията им. Благодаря и на Кристин Хуанг и Кейт Мур за дизайн и оформлението на корицата. Накрая искам да благодаря на съпругата си, която чете първите ми бележки и винаги е безмилостно откровена в оценката си. Освен че играе ролята на „първ редактор“, тя ме вдъхновява и зарежда с идеи по време на всички етапи от създаването на книгата. Тя е мой приятел, любима, партньор и почти неразделен другар, благословен съм, че я имам. Благодаря на всички ви.

1.

СИЛАТА НА МИСЪЛТА

Животът е музикален инструмент и трябва да се научим да свирим на него.

Кредо Мутва

Живеем в необикновено време, в което науката разбулва смайващи истини за вселената. Оказва се, че в нашата вселена черни дупки поглъщат галактики, субатомни частици се свързват помежду си интуитивно, минало и бъдеще се взаимозаменят, а пространството се огъва около физическите обекти, които се съдържат в него.¹ Последните физични изследвания показват, че светът се състои от вибриращи енергийни нишки, а измерението, което възприемаме като пространство и време, може да съществува в рамките на вселена с множество измерения, част от гигантска мембрана редом с други измерения, които предстои да открием.²

Ако това беше научнофантастичен роман щеше да е оправдано да го заклеимите като чиста измислица, но това не е роман, не е и научна фантастика. Една изумителна нова реалност се разкрива пред нас благодарение на най-блестящите научни умове. Това е фантастично откритие - може би най-голямата загадка в света се разплита пред очите ни и ще се намери обяснение на нашето място в цялата схема на тази постоянно развиваща се вселена. Вечният въпрос е: хората просто злополучна грешка на природата ли са, родени от квантовата супа без определена цел и смисъл,

или са нещо много по-голямо с космическа предопределеност, която предстои да бъде разкрита? Много учени, както и обикновени хора, се вълнуват и водят разгорещени спорове по този въпрос, но както ще стане ясно, има нови, убедителни доказателства, които навеждат на мисълта, че нашето съществуване и същност крият много повече и надхвърлят и най-смелите ни представи. Парадоксално е, но докато философи и мистици са се опитвали в продължение на хиляди години да стигнат до целта и смисъла на живота, сега науката е тази, която ни помага да разберем кои сме и къде е мястото ни във вселената.

Известно ни е, че сме сложни и необикновени същества със съзнание и енергия. Съзнанието и енергията са в динамична симбиоза, но учените съвсем наскоро установиха принципа на действие на тази връзка.³ От известно време физиците са наясно, че физическата реалност е изградена от вибрираща енергия, но малцина са подозирали, че мисълта също е част от системата. Учените винаги са смятали, че мисловността няма нищо общо с материята или енергията и ролята ѝ е единствено да интерпретира случващото се около нас, но тази гледна точка е претърпяла драматична промяна и сега мисълта се приема като неделима част от цялата схема. Сега вече сме наясно, че мисловността играе много по-голяма роля при създаване на нашата реалност, отколкото някой е предполагал.

Взрив от нови открития носят със себе си неврофизиология, квантова физика, теория на струните, дълбинна психология и невропластичност и това са малка част от теориите, които възникват и ни помагат да разберем кои сме. Тези нови открития стимулират не само ума, но и обогатяват обилно душата чрез смайващите проникновения и образи, които представят. Ако вникнем в тези открития, те могат да ни помогнат да живеем живота си по-далновидно и ефективно, но огромното количество информация ни залива и е трудно да решим откъде да започнем.

От невропластичността, например, научаваме, че мозъкът може да бъде пренастройван чрез съзнателно намерение. Дълбинната психология ни учи, че имаме два вида разум и че вторият вид - подсъзнанието - съдържа невидими структури, които отнемат енергия от нас, докато не бъдат открити и интегрирани.⁴ Квантовата физика ни разкрива, че живеем сред необятно море от енергия, където

1 От Айнщайн до Стивън Хокинг гледната точка за вселената непрестанно се разширява. Тези аспекти на вселената са само няколко от множеството озадачаващи разкрития на науката от XXI век. Въпреки че има много спекулации за това какво представляват тъмната материя и тъмната енергия, твърде малко е наистина известното, поради което предпочитам да не разглеждам тези въпроси. Използвал съм препратки към различни източници в тази книга, но основните физици, върху които се опирам относно нейната научна страна, са Стивън Хокинг, Брайън Грийн и Дейвид Бом. 2 *Еlegantната Вселена*, кратки епизоди на PBS (*The Elegant Universe*, PBS miniseries 2003). 3 Едва в последния четвърт век научните доказателства потвърждават влиянието на съзнанието върху енергията. Един от стотиците експерименти, които помагат това да се случи, е проведен от Робърт Г. Жан в университета Принстън. Резултатите са потвърдени от престижния Национален изследователски съвет на Съединените щати (U.S. National Research Council) през 2000г. Самият експеримент е разгледан в текста. 4 Дълбинната психология се фокусира върху взаимовръзките между съзнанието и подсъзнанието. Терминът се свързва с развиването на теории и терапии, основани на трудовете на Пиер Жане, Уилям Джеймс, Зигмунд Фройд и Карл Густав **ВСИЧКО Е СВЪРЗАНО**.⁵ Освен това научаваме, че минало, настояще и бъдеще се случват едновременно.

Но още по-възнуващ факт, и може би най-великото от направените открития от практическа гледна точка, е, че сега разполагаме с неоспоримо доказателство, че нашето съзнание е способно да насочва енергията.⁷ Тъй като всичко в познатата ни вселена е енергия, последиците от това откритие са зашеметяващи.

Щастливци сме, че живеем в двадесет и първи век, век на изключителни открития, тъй като това ни дава възможност да ги използваме по начин, за който предците ни не са и мечтали. Ако имаше методи, чрез които тази информация да бъде сортирана, използването ѝ на практика би довело до поразителни резултати. Буквално всичко е възможно, когато приемем тези теории и заживеем *по квантов начин*.

Изумително е, че когато се обърна назад, осъзнавам, че съм прекарал над четиридесет години, отдаден на идеята да разбера разума и да го използвам по уникален, творчески начин. През 1978 г. разработих една от първите системи за овладяване силата на подсъзнанието и започнах да обикалям света и да споделям тези методи. През 1987 г. написах бестселър, обхващащ дейността ми, наречен „*Подсъзнанието може всичко*“.⁸ Методът, който преподавах, представляваше смесица от силата на мисълта със законите на *квантовата действителност*.

Квантова действителност е действителността извън нашите сетива.⁹ Това е невидимата енергийна рамка, която създава вселената ни. Тя прави молекулите в стола стабилни, така че да можем да седнем на него. Тя насочва и определя кога и къде ще има циклон или земетресение. Тя е невидимата рамка на всичко,

което преживяваме. Това, което често остава неразбрано, е, че мислите ни и квантовата действителност са много тясно свързани. Мисловността, колкото и невероятно да звучи, направлява енергията. Когато знаете това, притежавате велика сила.

Законите на вселената са създадени в наша полза. Така сме проектирани, че да се облагодетелстваме от тях. Мозъкът ни, дънната платка на нашето съзнание, е неврологично програмиран да ни помага да боравим с тези закони като ни предлага творчески подходи. Проектирани сме да постигнем успех. Успехът е изначална част от вселената, тъй като без успешното взаимодействие на законите за енергията и съзнанието, вселената би се разпаднала. А законите, валидни за вселената, са валидни и за нашия живот, защото ние сме микрокосмос на макрокосмоса, вселена в умален размер.¹⁰ Същите закони, които управляват галактиките, управляват и отделните индивиди и нации, тъй като ние сме неделима част от развиващата се вселена.

Обаче, законите на вселената не винаги са лесни за разбиране, особено когато се сблъскваме с тях за първи път. Някои квантови истини за нашата действителност звучат толкова невероятно, че разтърсват сегашната ни представа за самите себе си и света около нас, но те са подкрепени от най-новите научни факти и трябва да бъдат внедрени в представата ни за това кои сме, ако искаме да сме в хармония с вселената.

Юнг. Има толкова много талантиливи хора, които работят умело със съзнанието, че дълбинната психология днес може да бъде определена като едно от най-вълнуващите и новаторски полета на научното изследване. 5 Всички части на вселената са свързани и са част от едно цяло. Това е идеята на физика Дейвид Бом, която днес е широко приета. Физиците определят този феномен като „взаимна свързаност“. 6 . Това е един от най-изумителните аспекти на квантовата реалност. Две книги, които разглеждат по-опростено загадъчната природа на времето, са „Представяне на времето“ на Крейг Календер и Ралф Едни (*introducing Time*, Craig Callender) and Ralph Edney) и „Йога на пътуването във времето“ на Алън Улф (*The Yoga of Time Travel*, Alan Wolf). Въпреки, че има много научни книги по въпроса, тези две биха помогнали на обикновения читател да разбере нелинеарността на времето.

7 Един от ранните експерименти, които установяват връзката между намерението и физическата реалност, е проведен от Робърт Г. Жан в университета Принстън през 1979 г.

8 Книгата „Подсъзнанието може всичко“ беше издадена за първи път в Нова Зеландия, където бях на екскурзия. Спомням си как разглеждах списъка с бестселърите, който излизаше всяка неделя, и открих това, че книгата ми беше станала номер едно. Започнах да звъня на всички, които познавах, говорейки несвързано – „Знам, че Нова Зеландия е мъничък остров по средата на нищото, но аз съм номер едно тук!“ След това

последва издаване в Австралия, където книгата остана три месеца в списъка с бестселърите, а след това се превърна в бестселър в още много страни, включително САЩ, като в крайна сметка продадох над 2 милиона копия от нея по цял свят.

9 Квантовата действителност е действителността, която съществува отвъд петте ни сетива. Това е светът на неограничено малкото, в който субатомните частици преминават в енергия и всички неща съществуват в едно енергийно поле. Квантовата теория, която описва квантовата реалност, първоначално е разгледана от Нилс Бор, а след това е доразвивана от множество физици като Дейвид Бом, когото цитирам в тази книга. Физиците понастоящем използват комбинация от теорията на относителността на Айнщайн, квантовата теория и струнната теория, за да обяснят нашата реалност. 10 Кабалистично учение (вж. Глава 2, бележка 4)

Все пак най-същественният научен факт от нашата действителност е изключително лесен за разбиране. Всички наши преживявания се състоят от вибрираща енергия. Цялата физическа действителност, която виждаме и усещаме, например столове, къщи, дървета, океани, дори собствените ни тела, макар да са възприемани като твърди тела, са изградени от вибрации на енергията. Всичко! Чувствата, мислите, убежденията и желанията също се състоят от вибрираща енергия. Това е първото схващане за нашата действителност.

Второто схващане е, че мисълта насочва тази енергия. Мисълта и енергията са в постоянно взаимодействие. Като изхождаме от тези две научни истини можем да започнем творческа работа със силата на мисълта. По-нататък, когато започнем да се обучаваме и да практикуваме квантовите техники, ще обмисляме тези истини многократно, запечатвайки ги в подсъзнанието, където те ще се превърнат в резонантни енергийни структури, активни и динамични части от това, което сме. Тези две схващания ще се превърнат в неделима част от нашия развиващ се квантов модел.¹¹ Те ще са ни от помощ, когато създаваме успех за себе си. Ще повторя, всеки от нас е проектиран, програмиран да постигне успех и това не бива да се забравя. Законите на вселената са така проектирани, че да улесняват успеха и ние се чувстваме окуражени да творим и прилагаме тези закони по собствени уникални начини. Вселената намира творчески израз чрез нашия успех.

Когато започнем да работим с квантовите закони, разбираме, че сме едно цяло с енергията. Това открива пред нас съвсем нов начин, по който да работим с енергията, и достигахме до извода, че лесно можем да насочваме енергията чрез мислите си. Повечето от нас нямат представа как става това. Тези знания не се придобиват в училище и не са нещо обичайно. Всъщност ако сме откровени пред себе си, повечето от нас ще признаят, че мислите ни са последното нещо, за което мислим. Когато сме

будни, не обръщаме внимание на мисловните процеси, които протичат в главата ни относно това как се движи логиката, от какво се страхува, в какво се вслушва, какво си казва, какво пренебрегва. През повечето време се храним, разговаряме, тревожим се, надяваме се, планираме, правим любов, пазаруваме, работим и се забавляваме като почти не обръщаме внимание на начина, по който мислим. Това е много злощастно явление, тъй като оставяме на заден план една от най-важните и могъщи сили в живота ни.

Силата на разума ни учи как да насочваме мислите си към определена цел чрез волята и въображението си. Когато в ума си храним представи относно желанията в живота ни, ние вибрираме със специфична енергия. Съзнателно можем да излъчваме всякаква енергия, но по този начин *плетем мрежата*. Ще използвам този израз за „изплитане на мрежата“ и по-нататък в книгата, като имам предвид, че си взаимодействаме с квантовата мрежа от енергия, която ще наричам *мрежата от енергия*. Физиците използват за мрежата от енергия неправилното понятие квантов вакуум¹². Квантовият вакуум изобщо не е вакуум - всяка негова част съдържа огромно количество енергия и информация. Терминът мрежа от енергия осъществява по-добър модел, за да представи свойствата на мрежата и също така служи като символ на достижимото. Символите, както ще научим, притежават своя собствена сила, така че в наша полза е да се обръщаме към квантовия вакуум по този начин.

Мрежата от енергия е изпълнена с информация и енергия и съдържа в себе си неограничени възможности за проявление. Всеки от нас може да плете мрежата по всяко време и то съзнателно, т.е. да е наясно точно какви действия предприема и какъв ще е резултатът от тях. Например, когато насочваме мислите си към постигане на успехи в живота, тъчем мрежата като по този начин уве-личаваме вероятността точно това да ни се случи. Всичко във вселената има своя уникална вибрация, която учените наричат енергиен подпис,¹³ и когато ежедневно задействаме тази вибрация чрез упражнения, тази енергия ще изплете мрежата по начин, който да привлече успешните обстоятелства към нас. Казано най-просто, привличаме това, към което е насочено вниманието ни.

Естествено това просто обяснение крие в себе си много повече и не искам да оставям хората с впечатлението, че можем да постигнем всичко, което желаем и за което се надяваме, като просто мислим за него, но това е отправната точка, за да

разберем уникалната връзка между мрежата от енергия и собственото ни съзнание. Мислите ни са най-могъщите творчески сили в живота ни. Когато

11 Квантовите модели са интерпретациите, които използваме, за да обясним действителността, която преживяваме. В действителност те са избори, защото има много начини да интерпретираме реалността. 12 Квантовият вакуум е това, което учените определят като „първопричината“, от която се появява всичко. Това е енергийният източник на всички неща. Както ще бъде отбелязано по-нататък, в тази книга квантовият вакуум ще бъде разглеждан като „втора причина“, защото първата е съзнанието. 13 Специфична вибрационна енергия, която определя и идентифицира всичко във вселената. Всяко „нещо“ във вселената има свой собствен енергиен подпис, който го различава от всичко останало/

се научим да работим с мислите по квантов начин - отвъд границите на позитивното мислене - тогава се пробуждаме за съвсем нов живот, изпълнен с мощ и възможности.

Ще ви разкажа за първия път, когато експериментирах с плетенето на мрежата с помощта на тази система. Когато споделя с вас тази история, ще разберете какво може да се постигне, когато законите на съзнанието и енергията се използват систематично. Връщам се почти четиридесет години назад. Бях в края на двадесетте си години и си бях построил колиба в горите на Британска Колумбия, където живеех и се опитвах да въведа в ред обширните проучвания за силата на разума, направени през последните три години. Колибата гледаше към блато, където бобри си бяха построили бент. Чувах ги как се трудят през нощта, пляскайки с опашки по водата, докато събираха кал и клонки за безкрайния процес на строене и поправяне на бента. Обстановката беше тиха и спокойна, идеална за моята цел. Стараех се да изградя система за силата на мисълта, която лесно да приложя и в моя живот. Цялата информация, събрана до този момент, беше чисто теоретична. Нямах истинско проявление на тази сила. Това щеше коренно да се промени.

Въпреки че живеех икономично, парите ми свършиха, така че върших, каквото ми попаднеше, за да свързвам двата края и да си купувам най-необходимото за ядене и газ за лампите. Финансовото ми положение беше ужасно, когато една нощ внезапно реших, че това е нелепо. Ако всички тези теории за разума и енергията, които прочетох, са истина, то аз съм в състояние да създам, каквото пожела в живота си, включително изобилие от пари. Или поне да не съм на нулата. Защо положението беше ужасно? Запитах се. И така, реших да

предприема нещо и да подложа тези теории на изпитание. Трябва да призная, че това решение бе свързано едновременно с радостно вълнение и безпокойство. Ами ако не се получи? Това щеше да подкопае истинността на всичко, в което вярвах. Ако не се получи, тогава по-добре да продължа и да не губя повече време с тези въпроси. Така разсеях съмненията си и зареден с непоколебимост започнах да прилагам системата си за силата на мисълта на практика.

Необходимо е да доуточня нещо за енергията, преди да продължа с историята си, тъй като това ще ми помогне да обясня защо тази система е толкова могъща. Както споменах преди това, всичко притежава своя уникална вибрация от енергия, своя вибрационен подпис. Енергията на увереността например има специфичен вибрационен отзвук, точно както червеният цвят е с различна спектрална честота от зеления или синия. Когато вибрираме и излъчваме увереност, ние привличаме тази конкретна енергия. Буквално се превръщаме в тази енергия. Майка, която уверено играе с децата си, привлича абсолютно същата енергия като бизнесмена, който уверено сключва сделка за сто милиона или атлетът, който се готви за представянето си, изпълнен с увереност. Въпреки, че обстоятелствата, изискващи увереност, са различни във всеки един от случаите, вибрацията на енергията е една и съща.

Бидейки наясно с този принцип, реших да привлека енергията на изобилието. За целта тренирах ума си да мисли за изобилие като открива и оценява изобилието във всичките му форми. Вместо да се опитвам да създам изобилие от пари, с което не разполагам, разширих практиката с мисълта, че като привлека енергията на изобилието ще активирам всякакъв род изобилие, включително финансово. Беше нещо като промъкване през задната врата. Където и да съзирах някакво изобилие, дори изобилие от горски цветя встрани от пътя, го оценявах и вибрирах известно време с тази енергия, поглъщах я и заставах на една вълна с нея.

На теория знаех, че ако бъда на една вълна с този вид енергия, това би могло да привлече изобилие към мен. Или поне това бяха моите доводи. Забавно е да се връщам толкова години назад, защото на този етап от живота си няха никакъв директен опит с енергията. Естествено сега това вече се превърна в моя втора природа, но тогава бях млад, наивен и изпълнен с увереност, което беше до-бре, защото този вид работа с енергията е радикален подход дори и днес, когато има толкова нови факти,

свързани с тази наука. По онова време никой не разбираше защо и дали въобще работи.¹⁴

Натъкнах се и на откритието, че подсъзнанието не прави разлика между действително и въображаемо, че е готово да приеме каквито и да било внушения и вибрации, които излъчвах, и да работи с дадената енергия.¹⁵ Тази практика би могло да превърне енергията на изобилието във

14 Когато започнах да работя с тези принципи в средата на седемдесетте години, имаше много малко научни доказателства, че можем действително да взаимодействаме с енергията по начина, по който опитвах. Днес сме щастливци да имаме научно доказателство, че сме способни да направляваме енергията със съзнанието си. Тази увереност в ефективността на методите ни насърчава да ги използваме активно.

15 Подсъзнанието ще приеме всички модели, които му се представят чрез повторения. Френският психолог Емил Кюе (1857-1926) е един от първите изследователи, които откриват силата на това да използваме волята и въображението заедно, за да повлияем на подсъзнанието. Той постига изключителни резултати при своите пациенти като използва тези методи. Понеже **физически еквивалент за мен. Или поне** това беше надеждата ми. Започнах ежедневно да се упражнявам да бъда на една вълна и да привличам енергията на изобилието, където и когато имах възможност. Всъщност начинът, по който включих тази практика в живота си, бе доста лесен. Описал съм историята в книгата си „Подсъзнанието може всичко“, но не в такива подробности и с други при-мери. Например докато ядях грозде, защото това можех да си позволя, си казвах: „*Виж, имам не просто едно зърно грозде, не две, а изобилие от грозде.*“ Когато си го казах, ми прозвуча правдиво. Това беше изобилие и аз бях на една вълна с него, макар и единственото изобилно нещо в живота ми за момента да беше гроздето. Можете да поспорите с мен, че със същата лекота бих могъл да си помисля: „*Напълно съм разорен и единственото, което мога да си позволя за вечеря е този плод.*“ И ще сте напълно прави, че това също беше действително, но аз имах избор и избрах да бъда на една вълна с енергията на изобилието. Правото на избор е могъщо оръжие и с квантовата сила на мисълта, ние успяваме да го използваме по невъобразими за повечето хора начини. Способността да избираме какво да мислим и така да насочваме мислите си в определена посока е изключително важна творческа проява на волята.

Готвех и отоплявах колибата си с печка на дърва. На едната страна на колибата си имах купчина дърва, които бях нарязал и подредил преди това. Всеки път когато отивах да взема дърва за печката, което се случваше няколко пъти на ден, си казвах: „*Виж,*

Имам не просто една цепеница. Не просто две цепеници. Имам изобилие от дърва." Когато излизях да се разходя, си казвах: *"Виждам изобилието от красота наоколо. Дърветата, звуците, водата, животните. Навсякъде около мен цари изобилие от красота."* Когато и да вдигнех поглед към нощното небе, си напомнях за изобилието от звезди и галактики, за тяхната необятност. Когато ходех до града веднъж седмично, за да купя оскъдните си провизии, обръщах внимание на високите сгради и си напомнях, че има корпорации, които притежават тези сгради, които са постигнали огромен успех и изобилие. Във въображението си бях едно цяло с тази енергия и вибрирах с това изобилие. Не желаех аз самият да притежавам сградите, но вибрирах на честотата на изобилието като мислех за хората, които може би ги притежават, като си представях, че се превръщам в тяхната вибрация за изобилие.

Тази практика за привличане на изобилието, макар да изглежда странна на пръв поглед, в крайна сметка не ми костваше никакви усилия. Харесваше ми да я използвам и то многократно през деня. Отнемаше ми няколко мига, когато ми се предоставяше възможност. Включих я във всички сфери на живота си. Напомнях си, че имам изобилие от приятели, здраве, знания. Практиката за привличане на изобилието се превърна в навик. Всъщност „изобилие“ стана любимата ми дума и я използвах много често. Харесваше ми звука и чувството, което будеше у мен всеки път, когато я употребявах. Действителното ми положение, ако следвате логиката, беше, че бях напълно разорен - без пари, без възможности, без идеи как да променя нещата, но въпреки това вибрирах с изобилието много пъти на ден. Мислех за изобилие, говорех за изобилие, свързвах се с изобилие. Тогава стана най-забележителното нещо. Започна да ми се случва.

Първо се зароди като идея. Една вечер внезапно осъзнах, че мога да преподавам тази система за силата на мисълта на други хора. Идеята беше кристално ясна и отекваше с такава сила, че бях убеден, че е нужно да се заема точно с това. Първите ми беседи се състояха в обществени библиотеки, където доразвих идеите си и усъвършенствах умението си да говоря пред хора,¹⁶ и тогава, през април 1978 г., наех конферентна зала в най-престижния хотел във Виктория, „Емпрес“ въпреки че не можех да си го позволя (взех пари на заем). Пуснах реклами в местната преса и представих схващанията си пред жадна публика в претъпкана зала. Лекцията ми от четири части, наречена „Динамика на мисълта“, стана невъобразимо популярна още веднага и реакциите на публиката бяха изключителни. През

първата година беседите ми привличаха тълпи от хора, често над хиляда души. Всички оставаха изумени от тези нови методи и аз се впуснах в първото от последвалите множество световни турнета. Парите потекоха към мен.

Пет години след деня, в който напуснах колибата. За втори път съм на обиколка из Австралия и съм отседнал в президентския апартамент на хотел „Шератон“ в Сидни. В същия апартамент са отсядали Бийтълс при концерта си в Сидни. Спомням си тръпката от това, че се разхождах из апартамента, и си представях как те са били там. Апартаментът се състоеше от просторна всекидневна с огромни френски прозорци, които гледаха към операта в Сидни. Определено беше страхотен,

ние сме един микрокосмос от макрокосмоса, имаме достъп и можем да насочваме енергията във вселената чрез намерението и въображението си.

16 Описал съм първия път, когато говорих пред публика

екстравагантен, разточителен, изобилен, прекалено голям за сам човек, и в този момент мисълта ме връхлетя. За пет кратки години бях извървял пътя от колибата в гората, без ток и течаща вода, до президентския апартамент на хотел „Шератон“ и го бях ангажирал за един месец. Цял месец! В този момент ме озари мисълта колко изключителна е системата и как енергията за изобилие, с която бях решил да се изравня преди пет години, сега се е превърнала в част от мен. Беше се случило по неподозирани от мен начини.¹⁷

Причината да ви разказвам тази история е, че искам да прикова вниманието ви. Искам да знаете, че силата на мисълта не е празно научно понятие за мен. Това е система от техники, които съм прилагал ефективно в живота си с огромен успех и съм предал на милиони други хора чрез книгите и лекциите си. Силата на мисълта работи, защото предлага методи за извличане на полза от известните ни закони на вселената, които всеки може лесно да овладее.

За да познаваме и разбираме вселената, е необходимо да познаваме и разбираме себе си. Поради тази причина знанието за вселената, макар и обогатяващо интелекта ни, няма да ни помогне осезаемо, докато не разберем самите себе си. А има само един начин за това и той е да осъществим връзка с всяко кътче от нашата същност. Чрез квантовата система за силата на мисълта,

която е осъвременена, но се опира на оригиналните ми идеи за силата на подсъзнанието, ние се научаваме да усещаме с телата си, да предусещаме в душите си, да тъчем енергия с умовете си и да овладяваме скритите сили на нашето подсъзнание. Получаваме достъп до всяка частица от себе си, като така смисълът на живота се разкрива пред нас.

През 2002 г. прекъснах преподаването и излязох в отпуск (сабатикъл¹⁸) за три години, по време на който се отдадох на слушане. През този период ментор ми бе една необикновена жена, посветена на мистиката, която се бе вслушвала внимателно и бе проникнала дълбоко в мистериите на живота. Тя сподели много тайни с мен. Ще ви запозная с нея по-нататък в книгата. Слушането ми разкри нови, различни начини за работа с енергията. Благодарение на напътствията на моя ментор се научих да усещам енергията и да се свързвам с нея. Това беше нов и могъщ подход за работа с енергията, който не бях използвал преди. Освен това през този период задълбочих връзката си с отделните части от своето Аз, пробуждайки по този начин тялото, подсъзнанието и душата си. Беше забележително време и ако е необходимо да обобща преживяването си с една дума, тя би била „връзка“. Чрез слушането открих нещо, което не е тайна и за мнозина преди мен - ние сме във връзка с всичко - и когато задълбочих тази връзка, започнаха да се случват забележителни неща. Точно по време на това прекъсване, разработих цял набор от нови техники и в главата ми изплува представата за квантовия воин. Зароди се уникална методология за работа с енергията и съзнанието и чрез новите техники научих на какво сме способни, когато се учим и живеем по необикновен начин.

2.

СЪЗНАНИЕ

Умът... малко пространство побрало големи загадки.

Далай Лама

През 1995 г. невробиологът Алваро Паскуал-Леоне извършва редица експерименти в Медицинското училище на Харвард, които не привличат общественото внимание, но заключенията, последвали неговите открития, са удивителни и напълно

преобръщат начина ни на възприемане на самите себе си. Паскуал-Леоне събира група доброволци и провежда контролни срещи, на които ги кара да свирят с пет пръста нещо лесно на пиано. В продължение на пет дни доброволците се занимават с това по два часа на ден и след всяко упражнение ги подлагат на транскраниална магнитна стимулация (ТМС), което дава възможност на учените да наблюдават мозъчните им функции. Чрез ТМС се изобразява моторния кортекс на всеки участник и след едноседмични упражнения учените установяват, че се създават нови синаптични връзки. Физическото действие - свирене на пиано - пренастройва мозъка. Този факт сам по себе си, макар и интригуващ, не е толкова изненадващ, даже е очакван. Вече има цял куп факти, които свидетелстват, че повтарящите се физически действия оказват

17 Телевизионният персонаж и филмов актьор Джаки Глейсън казва веднъж, че „Всеки е нужно да има две съдби в живота си. Едната да може да изхвърли, а другата да задържи“. Преди никога не бях имал много пари, така че в ранните години и пръсках необмислено. За щастие периодът на това да съм „луд по парите“ продължи само пет-шест години, но беше забавно в същото време, и имам прекрасни спомени. Нека добавя и това, че имаше много други, които се облагодетелстваха през този период. Имаше изобилие и много спечелиха от това. 18 По принцип това мероприятие щеше да продължи две години, но се увеличи с още една, заради сън, който имах преди края на втората година.

влияние върху невронната мрежа на мозъка и този експеримент служи като потвърждение на направените открития.¹⁹

Изумителни са обаче резултатите от следващия експеримент. Паскуал-Леоне възлага подобно упражнение и на друга група хора, като този път вместо да свирят на пиано, е необходимо просто да мислят, че свирят. Те са изпълнявали точно същата мелодия в главите си, като ръцете им са оставали неподвижни, но са си представяли всяко движение на пръстите, сякаш наистина го извършват. Удивително е, но се оказва, че мисловните репетиции изграждат невронната мрежа в същата степен като физическите упражнения. Моторните връзки се активират дори само чрез процеса на създаване на мислени образи. Въображаемите действия, подобно на физическите такива, предизвикват синаптични промени на ниво кортекс. Само мисълта за движение на пръстите предизвиква промени в мозъка, сравними с онези, които се получават вследствие на движението на пръстите.²⁰

Това поразително откритие показва, че нервната активност на

мозъка и съдържанието на съзнанието са свързани. Важността на това откритие не е преувеличена. Ключовото откритие на Паскуал-Леоне е, че мозъкът образува нови връзки, когато реагира на сигнали от обкръжаващата го среда и че тези сигнали могат да бъдат *самонасочвани* чрез съзнанието. Подчертавам тази дума, тъй като способността да пренастройваме невронната си мрежа е от огромно значение. Разкривайки тази истина за нас самите, ние разгадахме код, останал скрит за човечеството през цялото му досегашно съществуване. Сега, когато този код е известен и духът е пуснат от бутилката, възможностите, които тази необикновена връзка между разума и мозъка предлага, са зашеметяващи.

И ако това не е достатъчно, мистерията на мозъка става още по-дълбока. Към момента много изследователи подозират, че самият мозък е вид холограма.²¹ Холограмата е обект, който съдържа цялото във всяка една и във всички свои части. При холографията, например, ако запечатате образа на цвете и разбиете фотоплаката на две, няма да виждате половин цвете, а две изображения на цялото цвете. Разделете го на четири и ще имате четири части като всяка една изобразява цялото цвете. Това продължава на този принцип до все по-малки части и така до безкрайност. При намаляване на размера, картината става все по-трудно различима, но все пак съдържа цялото изображение.

Когато казваме, че мозъкът е с холографска същност, имаме предвид, че всяка част от него до най-дребната клетка, отразява или съдържа функциите на целия мозък. Тази възможност се изучава в детайли от невробиологията, но още по-вълнуваща, макар да изглежда фантастична, е перспективата, че мозъкът на всеки от нас всъщност може да е холографска част от цялата вселена.

Звучи толкова невероятно, че нямаше въобще да го вземем предвид, ако подобни теории не бяха застъпени в много от най-разпространените религии в света. Например еврейската кабала учи, че всеки човек е микрокосмос на макрокосмоса или „умалена вселена“. Кабала²² е мистичното разклонение на юдаизма, в чиято сложна система човек и вселена са разделени на десет различни сфери или енергийни източника, които си взаимодействат и така създават нашата действителност. Целият процес се нарича „дървото на живота“. Когато стигнем до тези източници и до силите, съдържащи се в тях, то в наши ръце е ключът към разбирането на самите себе си и космоса. Според това древно мистично учение всички сили, които се съдържат в обширната

външна вселена, се съдържат и във всеки човек. Ние сме холографски отломки от космоса и като такива имаме достъп до всичко, което някога е било или ще бъде.

Интересът ми към духовността и метафизиката се зароди преди около четиридесет години, когато се сблъсках с тези озадачаващи учения, изследвайки съзнанието. Останах изненадан от голямото количество информация, което великите религии и шамански учения предлагаха за съзнанието. Истина е, че често се налага да се пресява догмата от истинската същност на учението, но въпреки това задълбоченото разбиране на начина, по който съзнанието си взаимодейства с физическия свят, е забележително, а още по-впечатляващ е фактът, че много от тези учения са на хиляди години. Повечето от най-уникалните духовни традиции, които открих, съдържат изкусни методи за откриване на скрита мъдрост и работа със силите на вселената, макар и често тези послания да са скрити в

19 Norman Doidge, *The Brain That Changes Itself* (New York: Penguin Group, 2007), 196-200.
20 Doidge, 201-203.

21 Създадена през 1947г. от физика Денис Габор, холограмата се прави чрез използване на лазер, за да се запише и по-късно да се пресъздаде обект. Той се появява като триизмерен образ, подобно на дигиталното кодиране на звуковите записи, които възстановяваме по-късно.

22 Като древна еврейска мистична традиция, Кабала се характеризира с вярвания относно природата на божественото, произходът на душата, ролята на човешките същества. Думата кабала произлиза от иврит и означава „каквото се получава“ или „от традицията“.

метафори или притчи.²³ В тази книга ще се опирам най-вече на религиозни традиции от сферата на християнството, будизма и кабала. Спрях се на тези три, защото съм най-добре запознат с тях, а и те са в пълно съответствие с квантовия холографски модел. Някои хора може би биха отхвърлили духовните източници като недостоверни и ненаучни, но те предлагат нова перспектива и по-дълбока степен на разбиране и ни помагат да разшифроваме загадката относно това кои сме и къде е нашето място във вселената. В търсенето си на разбиране аз определено не можех да си позволя с лека ръка да отхвърля съществена информация по въпроса, независимо от източника, особено като се има предвид, че тези учения са изключително правдоподобни от квантова гледна точка.

Но идеята за холографския модел на вселената вече не се

изтъква само от различните религии. Много учени също следват тази посока. Неврологът Ричард Рестак, автор на бестселъра „Мозъкът“, по който е направена и телевизионна поредица, е твърдо на мнение, че *„холограмата е не само възможна, но в момента е може би най-добрият ни модел за функционирането на мозъка.“* Рестак, подобно на много други учени и изследователи в тази област, благоговее пред способностите на мозъка, което е напълно оправдано. „Дънната платка“ на нашето съзнание - човешкият мозък - е изумителен шедьовър. В познатата ни вселена няма нищо по-сложно и заплетено, а способностите му все още са в процес на проучване. Ние сме много далеч от разбиране на потенциала му. Знаем само, че мозъкът е част от нашата система с цел реализиране на максималния потенциал и постигане на пълна ефективност.

За да разберем механизма на действие на нашия мозък, ние започваме с изследване на ролята на невроните при развитието му. Невроните пренасят информация и без тях мозъкът не би могъл да функционира, така че природата се е погрижила за това и започва да произвежда огромно количество неврони скоро след зачатието. Невероятно е, но до седмата седмица от бременността, новооформеният мозък, който расте изключително бързо в ембриона, произвежда 500 хиляди неврона в минута. Почти навсякъде в мозъка се появяват функционални връзки.

При раждането мозъкът съдържа около сто милиарда нервни клетки и всяка от тези сто милиарда клетки се свързва с още хиляди неврони, понякога дори стотици хиляди. Когато напускаме утробата, приблизителният брой на осъществените връзки е сто трилиона. Ученият Джералд Еделман твърди, че само в мозъчната кора има тридесет милиарда неврона, които са в състояние да осъществят милион милиарда синаптични връзки.²⁴ Не е изненадващо, че човешкият мозък често е описван като един от най-сложните познати обекти във вселената и има причини да се вярва, че много от функциите му предстои да бъдат открити.

Това свързване на милиони неврони във функционални вериги се отразява в максимата: *„Неврони, които се активират, се свързват“*. Този принцип е известен като правилото на Хеб и е един от ключовите елементи за разбиране на невропластичността и силата на разума.²⁵ Ще оценим способността на мозъка да се настройва (да се самовъзстановява) по иновативни начини, когато включим тези процеси в квантовите техники за силата на разума.

Доскоро способността на мозъка да се пренастройва по уникален, нов и креативен начин беше пренебрегвана от научната общност, главно заради недостатъчното количество информация защо и как точно се случва това. Драстичната промяна през двадесет и първи век предизвика у неврофизиолозите и невробиолозите напълно оправдано въодушевление от напредъка на невропластичността и потенциала ѝ. Откриваме, че практиките на невропластичността в комбинация със законите на квантовата действителност отварят пред нас нови и несънвани дори възможности.

23 Притчите са създадени, за да покажат или да ни научат на някаква истина, религиозен принцип или морален урок. Те са общоприет начин за обучение в древните времена. Тъй като сложните истини могат да бъдат разгледани в кратки епизоди, във всяка притча има слоеве на осмисляне и прозрения, които изискват по-дълбоко вникване и разбиране, за да бъдат напълно изяснени. Това почти е забравено в днешния ни подход към тези притчи. Най-често те или са приемани буквално, или са считани за твърде опростени. А този подход не може да даде на читателя дълбочината на разбиране, поради която се замислени притчите.

24 Doidge 294.

25 Известната фраза „Неврони, които се активизират, се свързват“ е парафраза от „Когато аксон от клетка А е достатъчно близо, за да възбуди клетка Б, и продължително и настоятелно участва в активирането ѝ, се случва някакъв процес на растеж или метаболитна промяна в едната или и в двете клетки. Това може да е например, че действието на клетка А, като активатор, се увеличава“. (D. O. Hebb, *The Organization of Behavior: A Neuropsychological Theory*). Един от първите, които предполагат, че мозъкът има невропластични способности, е Зигмунд Фройд. Той описва феномен, наречен *пренасяне*, който наблюдавал при пациентите си. Феноменът се изразява в това, че считаните за забравени спомени могат да се проявят отново като действия. Пациентите сякаш „заравят“ тези спомени и преживявания. Зигмунд Фройд първи предлага какво може да значи идеята зад закона на Хеб „Неврони, които се активизират, се свързват“.

Невропластичност е дума с внушително звучене, а всъщност описва много прост процес. Тя касае способността на невроните постоянно да създават нови връзки. Невропластичността, по своята същност, представлява процес, при който мозъкът сам се настройва и пренастройва.

В действителност Зигмунд Фройд пръв изказва предположение за невропластичните способности на мозъка и прави подробна разработка на тази тема. През 1895 г., повече от петдесет години преди известното правило на Доналд Хеб да се появи, Фройд борави с понятието синапси и връзките между тях, и пише статии относно промените, които настъпват в нас вследствие на това, което учим, преживяваме и програмираме в себе си. Този факт не е много популярен, но Фройд всъщност прави първите си крачки

на професионалното поприще като неврофизиолог в лаборатория и започва частна практика, само за да издържа себе си и семейството си. По ирония на съдбата, ако лабораторната дейност беше по-добре платена и той бе останал на първоначалната си работа, може би никога нямаше да създаде удивителните си трудове за несъзнаваното.²⁶ Все пак схващането на Фройд за невронните връзки оказва дълбок отпечатък върху начина му на мислене и служи за основа на психоаналитичните методи, които разработва по-късно.

Този изумителен процес на свързване на невроните тече с пълна сила по време на всички етапи от формиране на ембриона. А при напускане на утробата, започва друг набор от динамични процеси. Оформянето и настройването на нашия мозък се повлиява от обкръжаващата ни среда като по този начин се задейства процес, който в крайна сметка определя нашата индивидуалност. Синапен и неврони могат да се създават, но те могат и да се разграждат. Изчислено е, че двадесет милиарда синапса биват разграждани ежедневно между детството и юношеството.²⁷ Кои синапси се запазват и кои биват елиминирани зависи изцяло от това дали има активност в невронните мрежи. Оцеляват само дейните. Връзките, които се използват, укрепват и се превръщат в неделими части от невронната мрежа на мозъка, а неизползваните отслабват и биват разграждани.

Развитието на нашето съзнание се подпомага от серия от биологични и интерактивни промени. Интелектът ни се развива чрез изследване и взаимодействие със заобикалящата ни среда. Всяко взаимодействие води до промяна в разбирането, тласка ни към непознати, непредсказуеми преживявания, които от своя страна биват обработвани и асимилирани. Чрез това постоянно движение напред интелектът ни се развива.

В книгата си „Развиващият се разум“ Даниел Сийгъл пише: „За развиващия се мозък на детето обществото предоставя най-важните преживявания, които повлияват генетичната проява и по този начин определят начина, по който невроните се свързват помежду си и създават неврологичните пътища, които предизвикват умствена дейност.“²⁸ Обкръжаващата ни среда ни снабдява не само с преживявания, но и води до ефективно изграждане на връзки в мозъка при обработката на тази информация. Всяко ново преживяване бива регистрирано в мозъка, като настройва и пренастройва неврони, докато нашето развиващо се съзнание интерпретира и обобщава всяко събитие. Тази вътрешна плетеница от неврони, които се възбуждат, и

синапси, които се свързват и формират вериги, се управлява от сигнали, които мозъкът получава чрез нашите преживявания. Всяко ново преживяване се усвоява и се включва в системата.²⁹

Оформянето на съзнанието е необикновен процес. То се развива в безбройните ежедневни случки. Мозъкът е надарен със способността бързо да извлича невъобразимо голямо съдържание и по време на този процес оформя поведението и убежденията ни.

Проектирани сме така, че да израстваме и укрепваме с всяка случка, независимо дали е рутинна или паметна. Безкрайният поток от преживявания - хора, успехи, провали, катастрофи и триумфи - всички те играят своята роля в това развитие. В нас се натрупва огромен капацитет за иновация и промяна и този капацитет е движещата сила, която ни тласка към нови и различни обстоятелства в търсенето на възможности да изразим творческата си мощ. Този сложен процес на събиране на информация изгражда това, което наричаме нашият инвентар. Още от раждането носим в себе си намерението да изразяваме себе си и да трупаме инвентар. Това събиране на инвентар продължава през целия ни живот. И никога не спира.

²⁶ Doidge, 222-225.

²⁷ Daniel Siegel, *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are* (New York: Guilford Press, 1999), 20.

²⁸ Пак там.

²⁹ Системата е свързана с динамиката както на съзнанието, така и на подсъзнанието като източници на събиране на информация и формиране на моделите ни за света.

Разнообразието на обкръжаващата среда и начините, по които тълкуваме случващото се с нас, ни прави такива, каквито сме. Всички притежаваме колективно несъзнавано³⁰ и колективна мъдрост, наследена от предците ни, докато собственото ни съзнание, което мисли, взема решения и е интроспективно, е уникално творение на самото себе си и това е природен закон. Писано ни е да сме уникални.

Нашите отношения - на физическо и психологическо ниво - демонстрират модел в мозъка, в който се формират и кодират схващанията ни. Ценностите и убежденията, които наблюдаваме у родителите си и хората, които се грижат за нас, се превръщат в ранен, мощен стимул и често се усвояват и стават част от

системата ни. Не просто отразяваме обкръжаващата ни среда, а нещо повече - това какви ще станем се определя от начина, по който тълкуваме преживяванията си. Силата на внушението е огромна през този ранен етап на развитие. Приемаме това, което виждаме, особено ако стимулт се явява многократно. Отпечатъкът върху детето, когато му се каже, че е глупаво, грозно или смешно, отива навътре и се превръща в подсъзнателен модел. Тъй като вътрешно сме наясно, че сме необикновени, ни идва като двоен шок да научим, че сме глупави, лоши, не можем да рисуваме, смешни, странни или да приемем някакви други отпечатъци, които по грешка сме включили в инвентара си. Много от ограниченията ни днес се коренят в погрешно програмиране в ранна фаза.

Тези вредни послания се внедряват в мозъка и тогава се появява проблемът - голяма част от нещата, които приемаме за истинни и точни, се оказват погрешни и ограничаващи и въпреки това стават част от вътрешната ни програма. Новосформираното ни съзнание, жадно за съдържание, попива всичко, което му се изпречва, а погрешните схващания и вредни програми са неизбежен страничен ефект от този процес, превръщайки се в активни елементи от това, което наричаме наш *модел на действителността*.

Понятието модел на действителността се отнася за начина, по който умът изгражда действителността като използва схващания, които разбира. Нашият модел за действителността е това, което ни дава смисъл, а всеки от нас създава свой собствен модел. Между моделите ни неизбежно има прилики, но всеки от нас интерпретира по уникален начин различните житейски преживявания. Някои модели не са функционални и влекат след себе си проблеми, тъй като актуализацията на тези моделите става в действие. Например, ако даден човек вярва, че не му се случва нищо хубаво, или че животът е изпълнен с трудности и разочарование, не само, че винаги ще гледа от тази камбанария общата картина от преживявания, но тези му убеждения ще създадат вибриращ енергиен модел, който ще привлича точно тези обстоятелства към него. Други хора пък имат модели на действителността, които са изключително вдъхновяващи и зареждащи, силно градивни и те също влияят на случващото се с тях. В началото всичките ни модели на действителността се създават несъзнателно и ние не сме наясно с процесите, които протичат в нас, но идва момент в живота, когато се пробуждаме за това кои сме, и задвижваме процес на активно пренастройване на веригите в мозъка по нови, космически, фантастични начини.

Докато събираме инвентар и създаваме модел на действителността, в мозъка се оформя тъкан от невронни връзки, тъй като той поглъща цялата информация, която получава. Но тук работи още една скрита система, която повечето учени пренебрегват, а психолозите познават твърде добре. Успех, победа и предателство, болест и разочарование, всички те се преплитат в подсъзнанието чрез невидим, космически тъкачен стан. Подсъзнанието обобщава, отсява и прави своите заключения като по този начин създава собствен инвентар и модел на действителността. Както се оказва, ние имаме два разума с два различни модела на действителността - един съзнателен и един подсъзнателен. Това е впечатляващ развой на нещата, с който в повечето случаи не сме запознати. Инвентарът на подсъзнанието ще ни заинтригува силно, когато поемем по пътя на себепознанието, тъй като оказва влияние на всяка сфера от живота ни. Ще се занимаем с този въпрос в детайли по-нататък в книгата.

Някои деца стават уверени, други плахи и страхливи и това се определя не само от преживяванията им, но и от начина им на тълкуване на преживяванията на съзнателно и подсъзнателно ниво. Едно малтретирано дете може да стигне до извода, че животът е опасен, да се почувства недостойно и да изпрати тези импулси към мозъка си като го настрои по този начин. Друго дете може да преживее провал или драматичен инцидент и това да остави у него отпечатък, който да доведе до чувство на безнадеждност и отчаяние. Странно е, но същото стечение на обстоятелства при

30 Колективното несъзнавано представлява опит отвъд съзнателното ни възприятие, който оказва голямо влияние върху поведението ни. Това е част от ума, която рядко се възприема на нивото на съзнание. То е случващо се отвъд съзнателното възприемане, която все пак оказва влияние на поведението ни.

друго дете може да остави отпечатък на решителност и изгарящо желание за успех. Как се стига до единия или другия вариант остава загадка, но всяко съзнание обработва преживяванията по свой уникален начин.³¹

Доскоро се смяташе, че невронната активност и изграждането на нови връзки приключва в ранния пубертет.^{32 33} Това убеждение е било разпространено до 1990 г., когато учените от няколко институции

разтърсват основите на невро физиологията с откритието, че има втора основна фаза на активност точно преди пубертета и още една в началото на двадесетте години, когато невронната мрежа търпи още една пренастройка.³⁴ Сега осъзнаваме, че мозъкът ни е постоянно в действие. Теорията, че мозъкът на възрастния човек не се променя, е толкова остаряла, че д-р Норман Дойджи, автор на „Невероятният мозък“, описва ситуацията така: *„Тази теория е не просто погрешна, а грандиозно погрешна.“*³⁵

Изследванията показват, че мозъкът на възрастните индивиди запазва своите изключителни способности за невропластичност и изграждането на невронни връзки през всички етапи от живота. Това са отлични новини. Означава, че можем да пренастройваме мозъка, когато си пожелаем.

Природата залага във всяка нова мозъчна система (не само на хората) максимален потенциал. Необикновено голямо количество информация може да се програмира в най-първичните мозъчни системи. Повечето животински видове притежават сложна препрограмирана информация за света, с който ще влязат във взаимодействие и благодарение на това те знаят как да се движат и адаптират успешно към този свят. Когато се сблъскат с обкръжаващата ги среда, вродените им програми бързо се задействат. Да вземем за пример съомгата. В миниатюрния ѝ мозък е вградено знание за магнитните линии на силата, която обкръжава земята, и тя се движи благодарение на това знание. Когато усети вътрешния повик да хвърли хайвера си, съомгата намира пътя си на хиляди километри през океана и след това на хиляди километри през реки до самия поток, където се е родила, и точно там хвърля хайвера си. Тя получават достъп до тази карта на света чрез програмираното в мозъка ѝ.

Подобен е случаят и с пеперудата монарх. Тя мигрира всяка есен на хиляди километри от североизточна Америка и Канада до територии в централно Мексико, където презимува. Тези пеперуди монарх, които се раждат три до пет поколения след първото поколение, летяло на юг, намират безпогрешно мястото, което не са виждали преди това. И не само намират мястото, където са били предшествениците им, а често и дървото, на което са кацали.

Други видове животни, птици и насекоми демонстрират разнообразни, също толкова забележителни способности. Като всяка една е така съобразена, че да им помогне да се справят със средата, в която ще попаднат. Ние хората, като част от природата,

също сме настроени за средата си по уникален начин, но сега излиза, че средата ни крие много повече, отколкото сме подозирали в началото. Не е само физическият свят, който виждаме и докосваме, сега разбираме, че има многобройни честотни области отвъд времето и пространството. Природата, която програмира всеки вид за максималната му ефективност, е вградила в нас обширна, уникална програма, чиято цел надхвърля това да живуркаме, да отглеждаме деца и да търсим лично щастие, независимо колко важни са тези дейности за нас. Вече се заражда подозрението, че имаме генетично заложили обширни космически програми, както и сили, които надхвърлят и най-смелите ни представи. Сега става ясно, че може би ние също сме космически създания и в нас са програмирани съдби и сили, за които тепърва ще правим догадки, като точно сега е моментът, в който откриваме това.



31 Съпругата ми преживяла трагично събитие, когато била на 5 години. Тя била оставена в магазин за играчки и гледала от прозореца как родителите, братята и сестрите ѝ си заминават с колата без нея. Чувството на изоставеност може да е било усвоено от нея по много начини. Скоро след тази случка жена ми взела съзнателното решение да бъде „толкова талантлива и велика“, че родителите ѝ вече никога да не я изоставят. Това впоследствие ѝ помогнало да постига прекрасно всичко, с което се захванела. Тя е изключително талантлива личност и тази случка всъщност станала основната причина за всичко, което представлява сега.

32 . John Bruer, *The Myth of the First Three Years: A New Understanding of Early Brain Development and Lifelong Learning* (New Jersey: Simon and Schuster, 1999).

33 Някои от тези учени са Хелън Невил от Университета в Орегон, Филип Шейвър от Калифорнийския университет и Ричард Дейвидсън от Университета в Уисконсин.

34 Sharon Begley, *Train Your Mind Change Your Brain* (New York: Ballantine Books, Random House, 07), 112-113. 35 Doidge.

3.

КВАНТОВА ДЕЙСТВИТЕЛНОСТ

Всеки, който не е шокиран от квантовата теория, нея е разбрал.

Нилс Бор

При квантовата действителност всичко, което смятаме, че знаем и разбираме за света, в който живеем, се обръща с главата надолу. В квантовия свят вече не съществуваме по начина, по който сме свикнали да се възприемаме, а се трансформираме в енергийна система, в която всяко нещо е свързано с всичко останало. Това е свят на единство, взаимосвързаност и пулсиращи енергийни полета. Законите на времето и пространството се заменят от други закони, които често ни се струват нелогични. Истината и чудото на нашата действителност са по-сложни и мистериозни, отколкото бихме могли да си представим, а още по-удивително в квантовия свят е, че енергията откликва на силата на мислите ни.

Съвсем доскоро науката обясняваше нашата действителност чрез две различни теории - теорията на относителността на Айнщайн и квантовата теория.³⁶ Нито една от двете теории не би могла сама по себе си да обясни случващото се във вселената, така че бяха използвани и двете, макар да се намираха в известно противоборство една с друга. След това през 1980 г. на сцената се появи с гръм и трясък теорията на струните³⁷ и свърза тези две гледни точки. Според теорията на струните съществуват повече измерения, освен това, в което съществуваме, и паралелни вселени и сложна и изящна композиция от вибриращи струни от енергия ги държи заедно. Всичко това звучи добре, но проблемът е, че има пет различни теории на струните, като всяка налага своите, често противоположни на останалите, схващания. В царството на теорията на струните имаше разногласия и объркване. Това претърпя драматична промяна през 1995 г., когато Едуард Уитън, сочен от мнозина като най-великият жив физик, смайва колегите си на конференция в Университета на Южна Калифорния с така наречена от него „М-теория“.³⁸

Никой не е сигурен за какво е буквата М. Някои предполагат, че е за магия, други за мистерия или матрица, неколцина дори смятат, че Уитън е проявил чувство за хумор и М е обърнато W за името му (Witten). Самият Уитън отказва да разкрие повече. Това, което той прави, е да обедини наличния материал от различните теории на струните и да стигне до извода, че вероятно живеем върху гигантска мембрана в пространство с множество измерения, много повече отколкото се е предполагало в началото. Единадесет, за да бъдем точни, а по-големият брой измерения ни дават по-голяма степен на свобода и повече възможности. Това определено е поразителна идея. Отначало на човек му се струва твърде дръзка, за да повярва, но това е последната дума на физиката, подкрепена от най-големите научни умове на

Теорията на струните и квантовата теория разкриват, всяка по свой начин, действителността такава, каквато е, но квантовата теория първа отправя предизвикателство към нашите предположения, а квантовата механика променя начина ни на възприемане на нещата. Квантовата теория променя модела, по който гледаме на физическия свят. Старият класически модел на физиката, съществувал преди възникването на квантовата теория, е изграден на базата на триста годишния Нютонов модел, в който материални обекти, малки и големи, си взаимодействат и всичко може да бъде обяснено с причината и следствието. Това е математически модел, в който вселената се разгръща с математическа прецизност. Но когато преди седемдесет години се появява квантовата теория, всичко се преобръща и моделите, които биха могли да разясняват как функционира вселената, се оказват измислица. Обаче

36 Квантовата теория представлява клон от физика, който представя математическо описание на вълново-корпус-куларната {корпускула - частица} дуалност на поведението при взаимодействието между енергия и материя. Квантовата физика описва времевата еволюция на физическите системи чрез математическа структура, наречена вълнова функция. Вълновата функция има няколко решения, които дават вероятността определено състояние на системата да се срещне в определено време.

37 Струнната теория е теория във физиката на частиците, която опитва да обедини квантовата физика и теория на относителността. Теорията се стреми да опише основните сили и материята в една математически завършена система. 38 М-теорията е разширение на струнната теория, в която се определят единадесет измерения, като освен това се обединяват „слабите“ и „силни“ полета на гравитацията. Теорията обединява всичките пет струнни теории и описва нискоентропийната динамика, също известна като свръхгравитация, взаимодействаща си с две- или пет-дименционални мембрани.

39 Някои известни поддръжници на струнната теория са Едуард Уитън, Хуан Малдасена, Леонард Съскинд, Брайън Грийн и Стивън Хокинг.

новият модел не е толкова лесен за разбиране, колкото стария, и идеята, която представя, в началото ни се струва твърде странна, дори алогична.⁴⁰

Например, оказа се, че субатомните частици, за които се предполагаше, че представляват миниатюрни частици материя, които си взаимодействат, подчинени на известните ни физични закони, изобщо не се държат по този начин. Първо, те имат двойствена природа и се държат ту като частици, ту като вълни. И второ, при тях има загадъчна свързаност, известна като

„нелокалност", и това прави възможно да се появяват почти навсякъде.⁴¹ Субатомните частици приличат на хамелеони, понякога са вълни, понякога частици, така че съвременните физици започнаха да ги наричат и „кванти" което включва двете свойства. Те не са на едно и също място в едно и също време: всеки квант е същевременно "тук" и „там" и е възможно да се показва където и да било в пространството и времето. Още по-странен ни се струваше фактът, че преди да бъдат измерени или наблюдавани, квантите нямат определени характеристики, а вместо това съществуват в няколко състояния по едно и също време. Единственият случай, при който квантите изглеждат като частици, е, когато ги наблюдаваме. Когато ги наблюдаваме (чрез сложни научни експерименти), квантите замръзват във форма, която ние наричаме частица, но когато не ги наблюдаваме, отново се променят във енергийни вълни.⁴²

Наистина е удивително. Най-малките съставни части на физическата действителност нямат определено местоположение, а съществуват като вълни от енергия в странно състояние на възможности, разпръснати из решетъчната система на цялата вселена. Невероятно е, но изглежда нашата мисловност пробужда квантите за живот и ги преобразява в „неща". По някакъв загадъчен, алхимичен метод нашето съзнание действа като катализатор и трансформира квантови вълни в квантови частици. И точно нашето съзнание, докато си взаимодейства с енергийната мрежа, създава действителността, каквато я виждаме.

Това откритие разтърси научната общност. При наличието на новата информация, бе необходимо всичко да се преосмисли. Внезапно съзнанието стана много по-интересно за учените и бе нужно то да намери своето обяснение. Не само това - оказа се, че то е основният играч в цялата схема на нещата. Това беше доста сериозен обрат на събитията, тъй като доскоро учените твърдяха, че мисловността е извън законите на физиката и не играе никаква роля. Сега откриваме, че тя не само прониква в този квантов свят, а и взема активно участие. Откритието е революционно, но това, което най-силно ме вълнува от случващото се с физиката днес, е, че сме на ръба съзнанието най-сетне да бъде признато за енигматичното липсващо звено в търсенето на Светия Граал на всички науки - теорията на всичко.

Поддръжниците на теорията на струните и квантовата физика десетилетия наред се стремят да открият модел, който напълно да обясни свойствата на всички известни явления, но без успех. Все пак ако добавите законите за мисловността към познатите ни

закони за енергията и материята, се получава нещо изключително. Не само аз съм на това мнение. Много хора от научното общество вече изказаха предположението, че мисълта е най-неуловимата и могъща сила във вселената. Сега знаем, че си взаимодейства с действителността по безброй начини и необятният ѝ потенциал все още е в процес на проучване.

С това, което вече ни е известно за силата на мисълта, все още сме много далеч от разбиране на пълния ѝ потенциал. Ако се окаже, че всъщност мисловността е липсващата брънка, а има многобройни свидетелства в тази посока, това би обяснило много от загадките, които се използват на учените.

За науката това да признае, че мисловността играе главна роля и оформя случващото се с нас, бе промяна на парадигмата, промяна, която повечето от нас тепърва им предстои да въведат в ежедневието си, защото ние все още се държим сякаш заобикалящата ни отвън действителност е отделна и независима от нас. Необходимо е да се опитаме да влезем в крак с науката и да променим начина, по който се възприемаме.

40 Нилс Бор, Вернер Хейзенберг, Макс Планк и други поставят основите на квантовата физика в началото на двадесети век. През 1925г. Бор и Хейзенберг публикуват резултати, които слагат край на старата квантова теория. От идеите на Айнщайн се раждат множество дебати, теоретизиране и проверки, които водят до модерната квантова механика, която включва идеята за корпускулярно-вълновата дуалност.

41 Lynn McTaggart, *The Field: The Quest for the Secret Force of the Universe* (UK: HarperCollins, 2001), 11. 42 . Двойно-процепният експеримент, създаден от Томас Йънг през 1803г. и възпроизвеждан редица пъти с все повече усложнения, доказва странната природа на молекулярните частици. Основното положение в експеримента е, че субатомната частица се насочва към екран с два процепа. Картината, която се получава зад процепите, показва, че частицата е нужно едновременно да бъде вълна и частица. Въпреки това винаги, когато квантите се наблюдават чрез специални уреди, те се проявят като частици. Сега в науката е добре известно това, че действието на наблюдение по някакъв начин влияе на това в какво (частица или вълна) се превръщат квантите.

Всичко, което преживяваме през живота си и приемаме като нещо извън нас, се случва вследствие на взаимодействие между съдържанието на ума ни и динамиката на квантовото енергийно поле. Мисъл, чувство, интуиция, желание, надежда, страх, молитва, визуализация -това не са просто наши вътрешни психологически процеси. Това са истински енергийни сили, които пулсират из цялата мрежа от енергия във вселената и предизвикват съответните ефекти.

Едно е да разбираш нещата принципно, но как точно се случва всичко? Физикът Дейвид Бом, последовател на Айнщайн и един от пионерите в квантовата физика, има обща теория за разума и материята, с чиято помощ може да се изясни тази ситуация. Бом вижда света като „неделимо цяло“. Вселената е обширна мрежа за енергиен обмен с основна подструктура, която съдържа всички въз-можни варианти на всички възможни форми на материята. Вселената не е някакво сляпо, механично стечение на обстоятелствата, а отворена, интелигентна, целенасочена система, която извлича полза от сложен процес с обратна връзка между организмите и нея самата. Обединяващият механизъм е обменът на енергия и информация, който се осъществява едновременно навсякъде.

При този модел ние сме в постоянен обмен на информация и енергия с цялото квантово поле. Това ни дава дълбоко прозрение за нас и вселената, в която живеем. Внезапно осъзнаваме, че способността ни да работим в тази система по иновативен и творчески начин е много по-дълбока, отколкото сме си представяли. Този модел предполага, че няма разделение между вселената и нас. Всичко е вза-имосвързано, ние сме едно цяло. Точно това ни повтарят мистиците години наред, а сега науката също го твърди.

След като мисловността бе призната с неохота за съществена фигура в квантовото поле, а нека бъдем откровени, мнозина отричаха и се съпротивляваха срещу направените открития, учените започнаха да си задават въпроси за това колко силно е влиянието и какви са границите му. Това търсене накара физика Робърт Дж. Джан, декан на Школата за технически и приложни науки към Принстънския университет, да проведе щателни тестове, които да не оставят място за двусмислие или случайност.⁴³ За целта, той сформира Лаборатория за инженерни изследвания на аномалии към Принстънския университет, която става известна като PEAR (ЛИИА).

Бренда Дюн, чиято специалност е психология на развитието към Университета в Чикаго, уважавана заради работата си в областта на мисълта, е наета като асистент при тези експерименти. След разглеждане на всички възможни варианти те решават да използват генератор на случайни събития или ГСС. Тази машина генерира произволно бинарни числа, състоящи се от нули и единици. След това участниците правят опит да повлияят на резултатите от машината. По време на този експеримент от всеки участник се иска да се концентрира и да поражда мисловно

намерение като си представя повече единици в един сегмент, повече нули във втория сегмент и да не влияе върху третия. Сегментите обикновено са с продължителност тридесет минути, през което време се получават до милион съвпадения. Още след първите резултати учените стават свидетели на нещо изумително. За първи път при строго научни процедури виждат доказателство за силата на мисълта в действие. За период от дванадесет години ЛИИА събира най-обширната база данни съществувала някога за мисловното намерение. Чрез процес, наречен мета-анализ, екипът на ЛИИА съчетава всички експерименти с ГСС и стига до заключението, че шансът за успех, когато се разчита на случайността, е над един трилион към едно.⁴⁴ С други думи съзнателното намерение оказва влияние върху резултатите от машината. През 2000 г. престижният Национален съвет за научни изследвания на САЩ след като преглежда всички данни от ГСС заключава, че тези опити не могат да бъдат обяснени със съвпадение. Става дума за нещо друго. Резултатите са ясни. Мислите и намеренията ни оказват влияние върху физическия свят по много реален и ясно доловим начин, което квантовата действителност предсказва.

Сега когато разбираме, че мисловността е част от квантовото поле и е в постоянно взаимодействие с него, изниква друг фундаментален въпрос, а именно - какво точно представлява съзнанието и откъде произлиза? От квантова гледна точка съществуват неопровержими причини да се предположи, че мисловността присъства в цялата вселена, съществува във всяка нейна част, независимо колко малка или е привидно незначителна, и че това съзнание, включително нашето, се свързва към цялото и произлиза от същия източник, т.е. космическото съзнание-майка, което съществува откакто свят светува. Уважаваният нобелов лауреат Джордж Уолд споделя същото схващане. „Разумът - заявява той - не е издънка вследствие на еволюцията, а е съществувал винаги.“⁴⁵

43 McTaggart 111-117. Също така в Майкъл Толбот, *Холографската вселена*. 44 Dean Radin, *Entangled Minds* (New York: Simon & Schuster, 2006), 154. 45 George Wald, "Life and Mind in the Universe" *International Journal for Quantum Chemistry* 26, no. 11 (1984): 1-15.

Мисловността, колкото и богохулно да звучи, може би предхожда големия взрив. Някои членове на научната общност надават вой, когато стане въпрос за тази теория, и твърдят, че няма доказателства в нейна подкрепа, но мога само да заявя в отговор, че няма доказателство и за обратното. Оказва се, че

мисълта е по-голяма загадка, отколкото първоначално сме предполагали. Какво представлява и откъде произлиза са въпроси, които вълнуват както учения, така и мистика, но никой не е намерил задоволителни отговори.

С разширяване на разбирането ни за мисловността, се заражда и ново схващане за вселената. Съвременните научни модели относно появата на вселената се придържат основно към теорията за големия взрив, според която нашата вселена е създадена преди около 13.6 милиарда години, когато гигантска експлозия привежда космоса в движение. Няма явна причина да се опитваме да оборим тази теория. Все пак някак удобно се избягва слабото звено в нея за това как нашата вселената е възникнала от нищото.

Физикът Алън Гут от Масачузетския технологичен институт е на същото мнение.⁴⁶ „Това е проблем," признава той.

*„Класическата теорията за големия взрив не споменава нищо за случилото се преди това. Какво е причинило взрива?"*⁴⁷

Единствената логична мисъл е, че големият взрив без съмнение е послужил за създаване на нашата вселена, но вероятно друго е предизвикало големия взрив и това друго се означава като метавселена (meta произлиза от класическия гръцки и означава „зад" или „отвъд"). С други думи съществува друга вселена зад или отвъд тази, в която ние живеем, майката вселена, родила нашата вселена и вероятно други неизвестни за нас вселени. Тази идея не е нова и защитниците на теорията на струните подозират, че точно това се случило. Сред тези, които я подкрепят, има и водещи съвременни учени, които си представят паралелно съществуващи вселени редом с нашата и смятат, че големият взрив е просто едно от милионите други събития в тази мистериозна метавселена.

Квантовата свързаност (кохерентност) също насочва в тази посока. Свързаността е добре познат феномен и означава, че субатомните частици могат да работят съвместно, но свързаността, която сега се открива в космоса, е по-сложна, отколкото сме предполагали. Между частите или елементите на тази пространствено-времева система се появява почти моментална взаимовръзка. Това Айнщайн а нарекъл *„призрачна дейност на разстояние"*⁴⁸ и макар да е знаел за това явление, то го е измъчвало, тъй като не е могъл да го обясни. Кохерентността на нашата вселена ни показва, че всички звезди и галактики са свързани по някакъв начин. Това сочи, че е много вероятно предишна вселена да е информирала раждането на нашата вселена, както генетичният код на нашите родители е

информирал зачатията и израстването ни до това, което сме днес. Ако нещата стоят така, а има все повече доказателства в тази насока, то тогава идеята, че мисълта предшества големия взрив става не само възможна, а и много вероятна.

Ако мисълта наистина предшества големия взрив, не е толкова трудно да си представим, че то може да е в основата на нещата. Целта на тази предпоставка, ще цитирам Айнщайн, е да бъде намерена *„най-простата възможна схема на мисълта, която ще свърже всички известни факти.“*

Има основание да се предположи, че мисълта може да е създала квантовия вакуум (енергийната мрежа). Това би обяснило защо е така свързано с него. Квантовият вакуум често е наричан фундаментът, от който е произлязло всичко в познатата ни вселена.

Физикът Бом описва процеса, при който квантовият вакуум създава действителност като „ин-формация“, като намерка за процес, в който енергията, която е „във (ин, интро, вътре)“ енергийната мрежа и всъщност „формира“ получателя. Идеята за ин-формирана вселена предлага нов поглед върху случващото се във вселената ни и нас самите. При действителност, която е ин-формирана от полето и всичко е свързано с всичко, можем да сме в контакт с всяка част от системата, независимо дали се намира на нашата улица или в друга галактика. Имаме достъп до всичко, което се съдържа в тази сложна система и можем да го използваме за каквато цел си пожелаем. Съзнанието, което съществува навсякъде и едно цяло с всичко, ни дава тази възможност стига да знаем как да се възползваме от нея.

Това ни води към друг съществен въпрос. Кои сме ние и защо имаме това право? Как е необходимо да се възприемаме сега? В една действителност ние сме отделни човешки същества, които създават семейства, ходят на работа, живеят живота с в пространствено-времева честотна област. Същевременно в квантовата действителност сме енергийни системи, които вибрират в обширното

46 Теоретичният физик и космолог Алан Гут е основоположникът на теорията за инфлацията във вселената. 47 *Еlegantната вселена*. Реж. Джоузеф МакМастер и Джулия Корт. С участието на: Майкъл Дъф, Майкъл Грийн, Брайън Грийн, Уолтър Леуин, Джоузеф Ликен. NOVA, 2004. Документален. 48 Peter N. Sports, Christian Science Monitor 93, no. 218 (2001): 15.

квантово поле, съществуващо в различна честотна област. Живеем и в двете области едновременно и е нужно да вземем предвид и двете, когато се опитваме да разберем живота си. Може да се възприемаме като физически човешки същества или като неясни интерферентни образци, обвити в космическата холограма. И двете са еднакво верни интерпретации на случващото се с нас.

Неврофизиологът Карл Прибрам обяснява двойствената природа на нашата действителност по следния начин: „Ако проникнете и погледнете към вселената с холографска система, виждате нещо различно, действителността е различна. И тази друга действителност може да обясни неща, останали без научен отговор досега - паранормални явления, синхронности, привидно многозна-чително съвпадение на събития." ⁴⁹ Прибрам осъзнава, че довеждането на холографския модел до логическото му заключение прави възможно да се допусне, че обективната действителност - свят с автомобили, планини, къщи и градове - може дори да не съществува, или поне да не съществува по начина, по който ние смятаме. Възможно ли е, пита се той, това, което мистиците твърдят от векове, да е вярно. Действителността е *майа*, една илюзия, а това, което настина съществува извън нас е обширна резонантна симфония от енергийни вълнови форми, „честотна област" която се трансформира в света, който познаваме, едва след взаимодействие с нашето съзнание.

През 1951 г. Бом публикува книгата си „Квантова теория" и тя веднага се превръща в класика. Едно от най-изумителните му твърдения е, че осезаемата действителност на ежедневието ни наистина е вид илюзия. Под нея се крие по-дълбок слой на съществуване, обширно и по-съществено ниво на действителността, което поражда всички обекти и прояви във физическия ни свят. Бом нарича това по-дълбоко ниво на действителността „загърнатият (в смисъл обвитият) слой" а нашето ниво на съществуване - разгърнатият слой. Той използва тези термини, защото смята, че всички форми във вселената са в резултат от безброй загръщания и разгръщания помежду тези два слоя. Тъй като всичко в космоса възниква вследствие от този процес, той вярва, че е безсмислено да възприема вселената като съставена от отделни „части". Бом предпочита да описва вселената като „холодвижение" ⁵⁰ тъй като понятието холограма не предава цялата динамика и активна природа на това, което се случва на-истина. Според Бом интелигентността е налице не само в цялата материя, а и в енергията, пространството, времето, тъканта на цялата вселена и всичко, което възприемаме. Бом

добавя, че няма причина да вярва, че това е краят. Може би отвъд ни очакват несънудвани слоеве, необятни етапи от по-нататъшно развитие.

Майкъл Талбот, автор на „Холографската вселена“ се изразява по следния начин: *„Въпреки своята очевидна материалност и огромен размер, вселената не съществува в и за себе си, а е доведеното дете на нещо много по-необятно и по-неизразимо. Нещо повече, тя дори не е един по-важен, главен продукт на това по-необятно нещо, а само една преминаваща сянка, едно просто хлъцване в по-голямата схема на нещата.“*⁵¹

Вселената ни като преминаваща сянка, просто хлъцване в по-голямата схема на нещата? Възможно ли е? Първоначално идеята изглежда възмутителна, но от квантова гледна точка това е не само възможно, а е и много вероятно.

Редица факти сочат в същата посока. Всяка част от пространството е изпълнена с различни вълни или струни от енергия. Когато физиците изчисляват минималното количество, което може да участва, за тяхно учудване откриват, че празното пространство съдържа хиляди пъти повече енергия от цялата енергия на материята в познатата ни вселена.⁵² Някои физици оспорват тези открития и отказват да приемат тези изчисления на сериозно. Очевидно, трябва да има някаква грешка. А може би не. Има още една възможност, която би могла да обясни това несъответствие. Бом вярва, че това откритие ни насочва към всеобхватната скрита природа на загърнатия слой, към честотни области отвъд нашите възприятия. Ако нашата честотна област от време и пространство е просто едно от хилядите, може би милиони други измерения, тази привидна грешка при изчислението на енергията може да съдържа в себе си най-доброто доказателство, че там някъде има други светове в различни измерения.

КВАНТОВОТО ПОЛЕ НА ВЪЗМОЖНОСТИТЕ

Тъй като мисълта и енергията си взаимодействат, за нас би следвало да е възможно използването на тази система като бял лист, върху който да запечатваме каквито желаем модели за себе си. Бихме ли могли да използваме енергията и мисълта по същия начин, както художникът използва четката и

Холодвижението е ключова идея в интерпретацията на Бом за квантовата физика. Тази идея разглежда холографския принцип за вселената като неделимо цяло. Това означава, че всичко е в състояние на случване или „вселенско раждане“. 51 Майкъл Толбот, *Холографската вселена*, изд. Изток-Запад. 52 Толбот.

боите, създавайки наши собствени уникални преживявания по своя воля? Дали енергийната мрежа всъщност не е била предвидена точно за това от самото начало?

Кабалистичните учения дават информация за възможностите за комбиниране на енергията и мисълта. Това намира практическо приложение в сефирота Йесод, която представлява енергийната мрежа във вселената и подсъзнанието в нас. Ще обясня заключенията на подсъзнанието относно точния ѝ начин на действие в някоя от следващите глави. Все пак това предлага възможността да научим какво точно има да добави това учение за енергийната мрежа. Навлизането в тази сфера, което всъщност включва по-задълбочено познаване на работата ѝ, води след себе си разбиране на *„механизмите на вселената“*. Това описание ни дава интересна информация по този въпрос. От наученото досега можем да си направим изводите за това как разбирането на енергийната мрежа означава да се видят механизмите на вселената в действие.

Има допълнителна кабалистична информация, която също ни помага да разберем динамиката на енергията. Тя е, че чрез съзнателния разум *„представите се планират и запечатват“*.⁵³ Според това древно еврейско учение разумът въздейства и запечатва в енергийната мрежа това, което желае да бъде проявено.

Следвайки тази посока на мислене Исус ни съветва да търсим Царството Божие и всичко останало ще ни се даде.⁵⁴ Изглежда, че когато намерим Царството Божие, ще държим в ръцете си ключът към всичко, но къде да го търсим? Исус добавя: *„Царството Господне се разпростира на земята, но хората не го виждат.“*⁵⁵ Дали има предвид енергийната мрежа? Възможно е тези писания да ни учат как да работим със съзнанието и енергията и царството небесно да е енергийната мрежа, където всичко е възможно.

Будистите също размишляват върху действителността от квантова гледна точка. Те смятат, че всичко се разгръща от нищото и се връща към нищото. Всичко произлиза от един източник. Всичко е преходно и се намира в процес на превръщане в нещо друго. Има една будистка песен, която се изпълнява в

манастирите от стотици години: „Цялата вселена е океан от блестяща светлина и върху него танцуват вълните на живота и смъртта.“⁵⁶ Ние сме създания на съзнанието и енергията, които танцуват в тази необикновена вселена, която наричаме наш дом. Бихме ли могли да танцуваме този наш ценен живот по-умело и осъзнато с помощта на квантовото познание? Какви възможности се отварят пред нас, ако се пробудим за по-дълбоките истини на съществуването ни и какви са тези по-дълбоки истини?

Една тема се среща в духовните теории и квантовата физика и разкрива една и съща истина: няма разделение между нас и всичко съществуващо във вселената. Ние сме едно цяло и това единство е в съответствие с ученията на Буда, Исус, Айнщайн и квантовата група на Бор, Бом и Хайзенберг, като това са малка част от учените основоположници на тези истини, които се разкриват пред нас.⁵⁷ Наука и мистицизъм, между които години наред царят недоверие и противоборство, сега се обединяват около едно твърдение. Ние сме едно цяло.

За нас е сериозен обрат в модела на мислене да преминем от разделението и индивидуалността, с които така сме свикнали, и да се слеем с целостта на всичко, но можем да го направим, ако такъв е изборът ни. Това означава да балансираме внимателно между това да живеем в два свята едновременно. В японския будизъм светът на отделните проявления се нарича *ji hokkai*, „вселената на нещата“, а безграничният единен свят - *ri hokkai*, „абсолютната вселена“. Това са двата модела на възприемане на живота ни. Можем да изберем дали да се възприемаме като индивиди, отделни и различни от останалите, или като енергийна система, потопена в енергийната мрежа и образуваща едно цяло с нея. И двете представят живота ни достоверно. Пътят на квантовия воин е да приеме и двете версии, тъй като двете са това, което всъщност се случва с нас и да използва тази, която по-добре съответства на целта му във всеки един конкретен момент.

Тази двойственост на нашата действителност е парадокс, дзен коан,⁵⁸ загадка, върху която да поблъскаме ума си, така че накрая да овладеем необикновената широта и сложност на това кои сме.

53 Gareth Knight, *A practical guide to Qabalistic Symbolism* (Samuel Weiser Publishers, 1978), 175. 54 Евангелие на Матей 6:33, Библия. Термините „царството небесно“ и „царството Господне“ изглежда са взаимно-заменяеми като Матей използва предимно „царството небесно“, а Марко, Лука и Йоан - „царството Господне“. 55 Евангелие на Тома, 113.

56 Francis Dojun Cook, *How to Raise an Ox* (Los Angeles: Center Publications, 1979), 82. 57 Спорно е да се определи дали Макс Планк е бащата на квантовата теория. Има десетки учени, които допринасят за нейното създаване и развитие.

58 Използван в Дзен будизма, коанът представлява гатанка или диалог с въпроси без логичен отговор. Смисълът на коана не Може да се постигне, необходимо е да се постигне, ако работим ефективно в тези измерения. По този начин можем да променим начина, по който се възприемаме и си взаимодействаме със света.

Неограничените възможности ни очакват в квантовата действителност, така че в наша полза е да се научим да управляваме тази честотна област и да си осигурим достъп до необятната ѝ сила. Колкото повече проникваме и в двете честоти, толкова повече развиваме квантовите си способности. Следвайки тези стъпки, достигаем до по-задълбочено разбиране и лична сила, и в крайна сметка и до космическото съзнание. Когато практикуваме квантовите техники, пренастройваме невронната мрежа в мозъка, променяме неврологията си и ставаме нови същества. Космическото съзнание не се появява изведнъж в завършен вид, а чрез постепенна промяна в осъзнаването, където едно прозрение влече след себе си друго и всяка стъпка води към следващата, докато промяната не се осъществи. Това е чудесната работа на еволюцията на съзнанието.

Дълбинната психология, физиката и духовността се изпълват с творческа активност след появата на новите теории. Не е лесно човек да бъде в крачка с развиващата се и вечно променяща се картина, която новите открития рисуват. Всяка от тези сфери е богата на нови открития, теории и, разбира се, противоречия.⁵⁹ Това е период на необикновена творческа активност и в същото време на хаос и бунтарство, като старите заостенели модели на мислене са подложени на сериозен натиск. Понякога е озадачаващо, че се борим срещу цялата тази нова информация, но това е част от процеса на отхвърляне на старото и приемане на новото.

Айнщайн казва: *Човекът е част от цялото, което наричаме вселена. Той приема мислите и чувствата си като нещо отделено от всичко останало... това е вид оптическа измама на неговото съзнание.*⁶⁰ За щастие тази измама на съзнанието бива бавно, но сигурно изместена от нова представа за това кои сме и за развитието на нашия вид.

Да сме част от квантовата действителност по съзнателен и систематичен начин е преживяване, което се различава от всичко

останало, с което сме се сблъскали досега. Всъщност, винаги сме били част от квантовата действителност, но въпросът е, че не сме го осъзнавали и затова не сме били в състояние да я управляваме, или да използваме силата ѝ. Това е на път да се промени. Имаме възможността да се превърнем в квантови воители, не само да разбираме, но и да изживяваме истините, които науката ни поднася. Когато вървим по този път, той отключва за нас уникални възможности и, както ще се убедим сами, ни тласка към космическото съзнание.



4.

МИТОЛОГИЯ НА КВАНТОВИЯ ВОИТ

Светът е неразгадаем. Неразгадаеми сме и ние, и всичко, което съществува на този свят.

Карлос Кастанеда

За да продължим да разплитаме загатката за нас самите и за мястото ни във вселената, навлизаме в света на митологията. Може да ви се стори странна тази внезапна смяна на научния подход с обсъждане на доказателствата на митологията, но тя е напълно обоснована от гледна точка на психологията. Науката може да ни помогне да разберем строежа на вселената и механизма на действие на мозъка, но тя се противопоставя на съзнанието и тук от полза може да ни бъде митологията, за да запълни празнината по уникален начин.

Митичната роля, която избираме за себе си, е тази на **квантовия воин**, заедно с всички възможности, които този избор ни предоставя. Пътят, който сме поели, може да ни се струва необичаен, но когато стъпим на него, бързо откриваме смисъла от това да живеем живота си по този начин. Понятието квантов воин е метафора за това, което можем да постигнем в живота си, и около тази метафора изграждаме сложна митология, базирана на истините, които квантовата действителност

може да бъде разбран чрез обикновено мислене, а само чрез медитация или интуиция. Чрез продължителна медитация след няколко месеца или дори години човек получава прозрения, които разкриват замисъла на коана. Учителят Филип Ка-плю говори за коана по следния начин: „Великото качество на коаните... е това, че те ни принуждават, често по много находчив и дори драматичен начин, да разберем замисъла им не само с главата си, а с цялото си същество. Така коаните не ни позволяват да се върнем назад и да продължим само да размишляваме повърхностно върху тях в полето на абстрактното.“⁵⁹ Комбинирането на квантовата умствена сила с невропластичността ни дава неизвестни досега начини да пресъздадем себе си. Когато се променим по този начин, ние буквално се превръщам в „нови същества“.

60 <http://quoteworld.org>.

ни разкрива. Когато приемаме себе си за герой в нашето собствено житейско приключение, това ни вдъхва живот по несправим начин.

Добре измислената митология е могъщ инструмент и ако този, който го притежава, го използва умело, може да постигне необикновени резултати. Уважаваният автор и психолог Джеймс Хилман е наясно с това, когато споделя този малко известен факт: „*Митовете говорят на душата на техен език, говорят емоционално, драматично, чувствено, фантастично.*“⁶¹ Откриваме, че душата откликва добре на митични образи, тъй като те идват директно от колективното съзнание и носят по-дълбок смисъл от очаквания. Митичните символи се издигат над логиката и рационалния разум и по този начин ни дават възможност да погледнем на себе си от различен ъгъл и да се разберем по-добре. Когато използваме езика на фантастичното в живота си, когато мислим и действаме по митични начини, ние се изравняваме с архетипните сили на вселената и пред нас се разкриват неподозирани възможности.

Исправяме се пред митични образи, които ни вдъхновяват за величие поради простата причина, че са по-близо до върховната истина за това кои сме в сравнение с ограничените, смазващи образи, чрез които съвременната култура се опитва да ни управлява. Необходимо е да се освободим от ограничаващите ни модели, които подхранваме в момента, и да станем воители, да извършваме героични постъпки, да се отправяме на велики пътешествия, да живеем живота си на пълни обороти. Тези възможности ни се откриват, когато живеем митично.

Митологията на квантовия воин се корени в квантовите закони. Започнем ли да ги изучаваме, бързо осъзнаваме на какво сме способни, когато прегърнем тези истини и заживеем по квантов

начин. Представата за това, което можем да постигнем, ни кара да живеем като квантови воители, защото най-голямото ни желание е да извлечем всичко от живота и да реализираме пълните си способности. Нашето пътешествие като воители цели да разбули мистерията около самите нас, а по този начин и мистериите на вселената.

Думата воин буди различни асоциации, но в контекста на системата, това означава просто да се справяме възможно най-добре с всяка ситуация. Това означава да сме отдадени на съвършенството и достоверността при всяко наше действие. Съществува тибетска дума за воин, която произлиза от думата *rawo* и означава „този, който е смел“. Това описва добре какви можем да станем с уп-ражнения и дисциплина - ставаме смели. Чувстваме се добре в кожата си. Чувстваме, че сме добре оборудвани и достатъчно компетентни, за да се справим с всичко, което се изпреди на пътя ни. Няма и капка арогантност в това чувство на компетентност. То се основава на дълбокото разбиране на себе си и света, в който живеем. Като воители, нашата увереност почива на разбирането и вярата в законите на вселената. Наясно сме, че сме част от нещо по-велико от нас самите, и че неговата сила, която сме открили, е и наша сила. Връзката ни с вселената ни позволява да черпим воинска енергия по всяко време и да я използваме в различни сфери на живота си.

Енергията на воина не е някаква загадка. Всички култури са се докосвали до този източник по един или друг начин. Това е динамична енергия, насочена към определена цел. Мъже, жени, млади, стари, всички ние използваме този вид енергия, макар и не винаги да я определяме по този начин. Енергията на воина кара изтощената майка да стане рано сутринта, да направи закуска на децата си и да им помогне да се приготвят за училище. Енергията на воина кара предприемача да търси нови пътища за разширяване на бизнеса си, атлета да тренира дълго и усърдно, за да се представи по най-добрия начин, безработния да изпраща резюмето си до колкото се може повече фирми, мистика да търси просветление. В каквито и житейски ситуации да изпадаме, можем да се справяме успешно с тях като призоваваме енергията на воина.

Но ние не сме обикновени воители. Ние сме квантови воители, а това крие в себе си много по-дълбок смисъл. Като квантови воители за нас всичко е постижимо. Ние сме едно цяло с всичко останало и въоръжени с тази информация се втурваме в безбройните преживявания, които изникват по пътя ни. Всеки ден е част от

уникалното ни пътешествие и няма нищо скучно или рутинно, тъй като всяко обстоятелство крие в себе си възможност.

ДА СТАНЕМ ХОРА

Първата ни задача като квантови воители е да се научим как да станем хора. Забравили сме какво е. Да се превърнем в хора, означава да бъдем хармонични и завършени, а за целта е необходимо да осъществим връзка с четирите си енергийни части: ума, тялото, подсъзнанието и душата. Всяка една

61 James Hillman, *Re-Visioning Psychology* (New York: Harper Paperbacks, 1977), 154. 62 Chogyam Trungpa, *Shambhala: Sacred Path of the Warrior* (Bantam Books, 1984), 8.

част е нужно да функционира и да е във връзка с всички останали, преди да можем да се наречем завършени хора. Докато това не се случи, ще бъдем себе си само отчасти и няма да се радваме на хармония във вътрешното ни царство, тъй като няма да сме наясно кои сме и различните ни части ще воюват една срещу друга. Да се превърнем в завършени хора не е толкова лесно, колкото може да ни се стори, главно защото живеем живота си основно на логическо ниво. Нужни са решителност и усилия, за да се освободим от навика. Това, че живеем по-голямата част от живота си на ниво разум, е психологическа истина, срещу която е необходимо да се изправим, за да преоткрием себе си.

Твърдението, че „цялото е по-велико от сбора от частите“ никога не е било толкова подходящо, колкото при описанието на настоящето ни положение като хора. Ние сме космически организъм, проектиран с идеята всичките ни четири части да функционират заедно като ансамбъл. Докато това не се случи, животът ни ще е непълен и няма да имаме възможност да опознаем себе си. Поради тази причина, да станем хора, е основният ни приоритет, тъй като всичко в живота ни зависи от успеха на това начинание.

Пътешествието към това да се превърнем в завършени хора е подобно на метаморфозата, която гъсеницата претърпява, когато се превръща в пеперуда. Не само ще станем завършени личности като обединим и впрегнем в действие всички свои части, но ще бъдем и неузнаваеми. В този процес ще се пробудим, ще открием кои сме и какво е мястото ни във вселената.

Понятието „пробуждане“ означава пренастройване на нормалното ни съзнание към нещо много по-велико. Различните традиции използват различни имена за този забележителен обрат. В християнството човек се ражда изново в Дух, будистите го наричат просветление, еволюционистите говорят за космическо съзнание, а ние като квантови воители го наричаме пробуждане. Независимо от наименованието, нещо необикновено се случва при тази промяна и когато го постигнем, сме свободни да правим или да бъдем, каквито си пожелаем. Цялата вечност е наша и можем да я изследваме. Това звучи невероятно, но само защото сме забравили кои сме и какво е нашето място тук. Загубили сме връзката си с вселената и затова мистерията и целта на живота ни са останали скрити за нас. Все още не сме открили, че сме забележителни същества със съзнание и енергия, в които са посетили космически възможности и чакат да бъдат изровени.

Съвременната ни култура почти е забравила, че това да бъдеш човек е епично пътешествие. Прекалено много сме затънали в ежедневните детайли. Вниманието ни е насочено другаде, заето с погрешните неща. Както поетът Езра Паунд казва: *„Човекът е зает с човека и забравя за завършеността и плавността на нещата.“*⁶³ Точно тази завършеност и плавен ход понякога липсват в живота ни. Загубили сме чувството си за връзка с вселената, а дори и връзката с различните части на самите себе си. Затова ежедневните житейски битки често ни поглъщат. Необходимо е да се пробудим.

Дзен учителят Доген от XIII в. нарича този обрат „реализация“.⁶⁴ Японската дума за реализация означава доказателство, свидетелство, свидетелски показания. „Превръща в реалност“ нещо, което в противен случай би останало само понятие. Реализацията за това кои сме идва, когато митологията на квантовия воин се превърне в действителност. Митологията на воина не е нещо, което стои в ума ни като понятие, не можем да го извадим и да го разгледаме като някакъв ръкопис или произведение на изкуството, когато си пожелаем. Това е по-скоро нещо, което даваме на света като го изживяваме. Авторът Хайнрих Цимер го описва по следния начин: *„Когато прави това, човек се трансформира. Когато извършва символично движение и всъщност изживява дадена роля до краен предел, човек осъзнава истината, присъща на ролята.“*⁶⁵ Ролята на квантовия воин ни дава тази възможност.

Да погледнем на живота си като на митично пътешествие със

смисъл, цел и магия, означава да му придадем смисъл, цел и магия. Ако гледаме на живота си като на нещо мрачно и безсмислено, означава да го направим мрачен и безсмислен. Има хора, които смятат, че са се провалили, че са неспособни и нямат какво да предложат на света. Те виждат живота си изпълнен с трудности и това описание се увива около душата им и те се превръщат в негови пленници, попадат под влиянието на собственото си многократно повтаряно заклинание. Всички сме в плен на убежденията си по един или друг начин. Като воители ние разбираме принципа им на действие, тъй като разбираме съзнанието и сме съвсем наясно с начините, по които можем да се препънем сами. Затова сме дисциплинирани, бдителни и отдадени на представата ни за пробуждане. Никога не забравяме кои сме и защо сме тук.

63 Ezra Pound, *The Spirit of the Romance* (New York: New Directions, 2005), 93. 64 Cook 9.

65 Heinrich Zimmer, *Philosophies of India*, ed. Joseph Campbell (Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1969), 542.

Символът на квантовия воин, когато бива редовно посаждан в душата ни, ни помага да се свържем с мистични митологии, които са съществували винаги и които обитават колективното несъзнавано. Тези митологии, опиращи се на минали култури и практики, крият в сърцевината си благородни идеи. Да имаме непоклатим морален кодекс, система на работа, която разрушава мързела и безразличието, способността да се жертваме за нещо по-велико от нас самите, да помагаме на изпадналите в беда, да следваме съдбата си - всичко това са възможности, които ролята на квантови воители ни предлага.

Някои смятат, че митологията е нещо неистинно, баснословно, приказно, измислено. Но митологиите не са това. Разумът се нуждае от инвентар и вече е създал сложна митология за нас. Всеки носи в себе си лична вътрешна митология, независимо дали го осъзнава или не. Може да е била създадена несъзнателно, каквито са повечето от нашите митологии. Като се има предвид, че са несъзнателни, може да се каже, че вместо ние да ги изживяваме, те изживяват нас. Дълбоко вкорененото убеждение, невротата, манията, или идеалът притежават своя собствена сила, която служи за добро, или за лошо. Ние хората с лекота създаваме митологии за себе си, макар и никога да не сме мислили за това по този начин. Християните имат своя митология, както и будистите, също така и атеистите. Всеки

тълкува вселената по свой начин и стига до определени заключения за себе си, за целта и смисъла на живота си. Майчинството и бащинството вървят с определени митологии, набор от истински и въображаеми задължения, които създаваме и прожектираме върху себе си. Определяме се по много различни начини и всяко определение има своя митология. Умът ни се нуждае от модел на действителността, за да функционира, така че определено имаме вече изградени митологии в себе си. Въпросът е, че настоящите ни модели са много под нивото на това, което биха могли да бъдат.

Митологията ни на воители е начин да направим живота си по-добър. Това е нашият подарък към света. Така предизвикваме себе си да даваме най-доброто във всяка ситуация, за да се превърнем в завършени хора, да се пробудим. Това очакваме и сме отдадени на тази представа.

ИГРИ НА МОНОПОЛ И КОСМИЧЕСКИ ИГРИ

Когато се превърнем във воители, научаваме, че има само две игри, които играем в живота си: космическата игра и играта на монопол. Всяка житейска дейност може да бъде включена в една от двете категории. Играта на монопол е първата игра, на която играем като човешки същества и тя започва още от момента на раждането. Събирането на инвентар е част от играта на монопол, както и това, че се учим да говорим, ходим на училище, влюбваме се за първи път. Всичко е монопол. Изборът на кариера, сключването на брак, изкарването на пари, отглеждането на деца, пътуването по света, спестяването за пенсия, ходенето на концерти, развиването на бизнес - всичко това е част от играта на монопол. Тази игра включва всичко, което правим, за да изградим съдържателен и успешен живот. Това е игра на натрупване, на постигане на цели и е достойно занимание за човека. Тя е предизвикателна, вълнуваща, стимулираща, но когато възникнат трудности или провали, може да бъде плашеща, сковаваща, ужасяваща. Но това също е елемент от играта. Всички преживявания, приятни или неприятни, имат своята цел в живота на воина, тъй като са част от разгръщащата се стратегия на играта и са от значение за нас.

Обичам играта на монопол. Първоначалното ми обучение за овладяване на силата на мисълта бе специално насочено към това да ми помогне да стана по-добър играч. Но това не е единствената игра, на която можем да играем в живота си. Има втори вид мистериозна, тайнствена игра, на която можем да

играем, ако имаме късмета да я открием. Това е космическата игра. Нейната цел е да се пробудим. Това е игра за воители и когато схванем възможностите и тънкостите ѝ, тя ангажира все повече внима-нието ни. Когато играем космическата игра, залозите са различни и мащабите са много по-големи. В космическата игра не играем просто във времето и пространството, а в квантовите измерения и играем за цяла вечност.

Когато описваме живота като съставен от тези два вида игри, това ни позволява да подхождаме към него по различен начин. Ако приемем, че животът е игра, можем да се отпуснем и да намерим ритъма и естествения поток на нещата във всяка ситуация. Налице е истинско преимущество, за да живеем живота си така. Когато животът се превърне в игра, става по-забавен и пред нас се откриват нови творчески възможности. Осъзнаваме, че няма причина да се тормозим за всяка подробност, независимо колко големи или дребни предизвикателства се изпречат на пътя ни. Тази перспектива смъква товара от гърба ни. Можем просто да се съсредоточим върху това да покажем най-доброто от себе си във всяка ситуация, което така или иначе е основната ни задача. Има много уловки, които воинът усвоява, за да може да се справя възможно най-ефективно с живота и това е една от тях. Освобождаваме се от цялото напрежение. Всичко, което е нужно да правим, е да даваме най-доброто, на което сме способни, и когато се справяме с тази задача, можем да се отпуснем, знаейки, че сме изпълнили задължението си. Можем да оставим „десетте хиляди неща“ да се разгърнат. Понятието за „десетте хиляди неща“ е метафора, един от начините да опишем живота, който се разгръща пред нас. Всъщност квантовите воители използват три взаимнозаменими термина: играта, пътешествието на живота ни, десетте хиляди неща. Тъй като тези метафори леко се различават в значението си, те предизвикват и различни реакции в подсъзнанието ни и поради тази причина използваме и трите термина. Те се превръщат в неделима част от речника ни на воители.

Митологията на воителя е начин на живот с ежедневни рутинни действия и практики. Когато тази могъща митология се установи в съзнанието ни, това е изключително благоприятно. Позволява ни да насочим вниманието си към наистина важните неща и да не се поддаваме на дреболии, страхове или съмнения. Пътят ни е кристално ясен. Нашето призвание е да станем хора, да пробудим себе си и да даваме най-доброто от себе си във всяка ситуация. Само това е нужно. Не знаем накъде ни води този път, но

въоръжени с тази яснота като компас, се отправяме на пътешествие, в което ни очакват десет хиляди приключения.

Психологът Дейвид Файнщайн описва митичния живот по следния начин: *„За да живееем митично, е необходимо да се вглеждаме и да търсим указания в сънищата, въображението и други отражения на вътрешната си същност, както и от вдъхновяващи хора, практики и институции. За да живееем митично, е необходимо все повече да задълбочаваме връзката си с вселената и великите и мистерици.“*⁶⁶

Когато възприемем нашата митология на квантовия воин като дисциплина, тя се превръща в наш спътник и с нейна помощ се преобразяваме в нещо по-велико, което не бихме могли да достигнем сами. Съвременната култура е забравила този метод и е издигнала логическото, рационално мислене на толкова висок пиедестал, че то се е превърнало в невротична, непродуктивна, убиваща духа ни дейност. Душата ни жадува да се освободи от тези окови и да започне да се скита из девствените необятни полета на фантастичното. Когато живееем митично, внасяме здрав разум в живота си. Иронично, но факт.

В тази книга митичният образ на квантовия воин ще бъде използван, просто защото притежава велика мощ. От друга страна, ако вие решите да замените това понятие с друго, например атлет на разума, или някакъв друг образ, който ви се струва по-подходящ, можете да го направите. Възможността да избираме е инструмент на воина, който може да се използва умело във всичко, което правим. Ключът е в това да открием нещо, което ще ни възвиси, ще ни разтърси и ще ни накара да излезем от настоящия модел на действителността, като пробуди квантовите ни възможности. Всичко останало са просто подробности и е необходимо да сме наясно с това, или ще се изгубим в лабиринта на собственото сътворение. Митологията не е нито повече, нито по-малко от инструмент, могъщ инструмент, и ако бъде използван вешо, ще отвори врати, които иначе биха останали завинаги затворени за нас. Като воители всички наши постъпки имат смисъл и това да приемем и да живееем с митологията на квантови воители, не е изключение. С тази митология, установена вътре в нас, всичко е възможно.

Всичко, което човешкият ум е в състояние да си представи и да повярва, може да бъде постигнато.

Наполеон Хил

От психологическа гледна точка нашите убеждения са личен инвентар, който изгражда модела ни за действителността. От квантова гледна точка убежденията ни са вибриращи енергийни модели в рамките на нашето квантово поле. А от гледна точка на воина, убежденията са избирателна творческа дейност. Те са най-могъщият ни инструмент.

Убежденията ни са най-важният фактор, определящ случващото се с нас, и въпреки това повечето от нас им обръщат минимално или никакво внимание. Това е необходимо да се промени, ако желаем да играем успешно на монопол или космическата игра. Убежденията не са празни призрочни образи, а енергийни модели, които вибрират вътре в нас. Квантовите воители ги наричат „законали за силата“, тъй като тяхното вибриращо послание отеква в цялата енергийна мрежа и привлича хора, обстоятелства и събития, които отговарят на тези вибрации от енергия. Затова им обръщаме толкова внимание.

66 David Feinstein and Stanley Krippner, *The Mythic Path: Discovering the Guiding Stories of Your Past - Creating a Vision for Your Future* (New York: CP. Putnam's Sons, 1997).

Убежденията притежават необикновената способност да се самоизпълняват и от гледна точка на квантовата физика би следвало да го очаквате. До този момент сме избирали убежденията си предимно несъзнателно и затова често не разбираме как и дори кога се превръщат в реалност. Това ще се промени. Когато познанието ни в квантовата област се повиши, установяваме, че имаме свободата да избираме в какво да вярваме. Това ни разкрива съвсем нов начин, по който „да играем играта“. Сега можем да проявим много повече творчество и дързост в убежденията си.

"Вътрешни програми" е още един начин, по който можем да опишем убежденията, което ни насочва към очевидната аналогия за мозъка с компютър. Мозъкът и компютърът определено работят по сходен начин и е добре да го знаем. Наясно сме, че в нашия компютър можем да работим само с програмите, които са му инсталирани. Може да решим да използваме Фотошоп, но ако тази програма не е инсталирана, не сме в състояние да го направим. Същото важи за съзнанието. Може да искаме съзнание за благосъстояние,⁶⁷ но ако го нямаме инсталирано в нас, не можем просто да го извикаме и то да се появи. За да работим със съзнанието за благосъстояние, или да бъда по-конкретен, за да го накараме да работи за нас, е нужно първо да го инсталираме. Същото е със съзнанието за успех или за здраве. Ако желаем тези програми да работят в нас, трябва да бъдат инсталирани.

СЪБИРАНЕ НА ИНВЕНТАР

Убежденията са толкова важни за ума, колкото са органите за

тялото ни. Умът ни не може да работи без убеждения и ги създава, за да може да тълкува и да придава смисъл на случващото се в живота ни. Имаме много убеждения, но сега, когато разбираме силата на тези вътрешни програми, е необходимо да проучим всяка една от тях, за да се уверим, че са ни от полза. Този процес наричаме събиране на инвентар.

Проучваме убежденията си за пари, здраве, взаимоотношения. Внимателно изследваме всички области от живота си, за да открием в какво вярваме. Всяко убеждение, което подхранваме, трябва да има цел, трябва да ни помага в това, което се опитваме да постигнем. Осъзнаваме, че не можем да имаме мизерни убеждения и да се надяваме на благосъстояние, или да сме страхливи и негативно настроени и да очакваме успех. Ако искаме да постигнем успех в някоя област, е нужно да сме заредени със съответните мотивиращи убеждения. Убежденията ни не спират да въздействат върху живота ни. Всяко има своето влияние, а е повече от сигурно, че това, в което вярваме, въздейства на случващото се с нас. Каквото посееш, това ще пожънеш. Такъв е законът на природата и е необходимо да сме наясно как действа в живота ни.

Една стара басня илюстрира този принцип:

Имало някога един мъдър, стар човек, който си седял кротко край главната порта на древен град. Срецу му се задала група бежанци, които бягали от опустошените си от чума земи и идвали в този непознат града, за да намерят своя нов дом. Един от пътниците спрял край портата и попитал стареца:

- Какви са хората в този град?

- Какви бяха хората в града, от който идвате?

- О, бяха ужасни. Крадяха, мамеха и лъжеха, на никого доверие да нямаш. Постоянно да си нащрек. Беше ужасно.

Старецът кимнал с глава и казал:

- Ще намериш същите хора тук.

Странникът въздъхнал примирено и влязъл в града с натежало сърце.

Скоро след това друг човек приближил портата и задал същия въпрос на стареца:

- Какви са хората в този град? Старецът отново попитал:

- Какви бяха хората в града, от който идвате?

-О, бяха чудесни. Щедри, мили, разумни. Никога не отказваха помощ на човек в нужда.

Старецът отвърнал:

- Ще намериш същите хора тук. Странникът влязъл в града с ликуващо сърце.

67 Съзнанието за благосъстояние е такова съзнание, което се характеризира с вибрацията на изобилието. То е създадено чрез мисли за благосъстояние. Подсъзнанието ни съдържа разнообразни модели от убеждения, а съзнанието за благосъстояние е изпълнено конкретно с мислите и убежденията за да започнем деня си. По време на един от нашите разговори тя каза нещото, което се превърна в цитат за началото на тази глава. Аз веднага го записах, защото помислих, че е едно от най-добрите описания за подсъзнанието, които бях чувал. Всъщност именно в сутрините, когато тя е вдъхновена, аз се превръщам в това, което Силвия нарича „записвача“, отбелязващ старателно нейните думи.

Поуката от историята е ясна. И двамата мъже привличат към себе си съответните обстоятелства в зависимост от убежденията, които хранят, така че мъдрецът е могъл да предвиди какво ще се случи с тях.

Една дзен поговорка гласи: „Където и да идеш - ти си там". Носим енергията и вибрацията си с нас, където и да отидем и нищо в живота ни няма да се промени, ако първо не променим това. Ние сме същества, притежаващи енергия и съзнание, и нашата същност отеква като отчетлива вибрация из енергийната мрежа. Това е енергийният ни подпис. Така вселената ни познава.

ФУНДАМЕНТАЛНИ УБЕЖДЕНИЯ

Това, че преподавах силата на подсъзнанието в продължение на тридесет години, ми даде уникалната възможност да споделям тези методи с много хора, като имах възможността директно да наблюдавам как тези хора приемат или се съпротивляват при работата с тях. Идеята, че можем просто да променим убежденията си, когато решим, се струва радикална на повечето хора.

Всеки път когато работя с човек, който има голяма цел, която иска да постигне, започвам с фундаменталните убеждения.

Задавам въпроса: „Кои са фундаменталните ти убеждения?" Ако човекът никога не е работил с мен преди това и не имал досег с учението ми, не може да отговори веднага. Повечето от нас не са наясно с убежденията си, а още по-малко могат отсеят най-важните, но има начини, по които да стигнете до тях. Като начало, да започнем да обръщаме внимание на мислите си всеки ден. Това е ценна практика, която разкрива вътрешните ни програми.

Синди, жена, с която работих преди няколко години, отчаяно желаше да се обвърже. Беше в средата на тридесетте, искаше деца и се чувстваше готова за връзка. Целта ѝ беше съвсем ясна: да намери пълноценна връзка в рамките на година, но когато започна да обръща внимание на мислите си, установи, че носи в себе си множество ограничаващи убеждения относно връзките. Откри, че мисли неща като: *„Свестните мъже са вече заети, а останалите са с проблеми* , *„Толкова много хора около мен се развеждат, връзките са нетрайни" и „Не съм така привлекателна, както преди".* (В превод: *„Вече не съм привлекателна."*) Това бяха мислите ѝ за връзките, които ѝ показаха фундаменталните ѝ убеждения. Това бяха послания, с които тя вибрираше в мрежата.

Фундаменталните убеждения на Синди бяха в директно противоречие с това, което искаше да ѝ се случи. Явление, което се среща по-често, отколкото предполагате. Всъщност ще отида по-далеч, като заявя, че вероятно това е единствената по-сериозна причина повечето хора да не постигат целите си. Никой никога няма да постигне целта си, ако фундаменталните му убеждения са в противоречие с желанието му. Изтъкнах това пред Сидни. *„Но това се случва около мен, започна да спори тя, не мога насила да вярвам в нещо, което не е истина."*

Много пъти съм чувал този довод. Изпитваме нежелание да променим убежденията си, дори когато ни дърпат назад. Оставаме в капана на настоящето си положение, като си измисляме оправдания и не правим опит да се измъкнем от ситуации, които не харесваме. Тепърва ни предстои да разберем как можем коренно да променим ситуацията, в която се намираме в момента, като просто променим убежденията си. Подсъзнанието ни е проектирано така, че да приема всички убеждения, които му поднасяме. Подсъзнанието е нашият таен партньор в успеха, но никой не ни е показал как да го използваме. Истината е, че можем да тренираме разума си да мисли това, което искаме. Можем да внедрим нови стимулиращи убеждения на мястото на ограничаващите ни такива, когато пожелаем. Това е воинско

умение. Когато овладеем уменията да избираме окриляващи убеждения, животът ни се променя драматично и за нас няма нищо невъзможно.

Когато обясних това на Синди, тя внезапно погледна на своето положение от различен ъгъл. Осъзна, че се налага да промени убежденията си, ако се надява да успее да привлече връзка към себе си. Убеждението ѝ, че няма свободни свестни мъже, не ѝ помагаше и имаше нужда да претърпи промяна. Докато разговаряхме, по пътя на логиката стигнахме до извода, че в град с над един милион жители, половината от тях мъже, убеждението, че няма свестни мъже е нелепо преувеличение, което подсъзнанието ѝ е възприело и към настоящия момент работи с него. Стигнахме до скромната преценка, че има хиляди, ако не и десетки хиляди свободни мъже в града, с които би била много щастлива. Тя прие това като теоретична възможност, макар разумът ѝ все още да изпитваше съмнения, тъй като беше ходила на срещи без успех в продължение на много години. Все пак тя разбра смисъла от впрягането на убежденията да работят за нея, затова запечати това ново благотворно убеждение, както и други, в подсъзнанието си по начини, които ще споделя с вас след малко. Не е учудващо, че когато промени убежденията си, настъпи обрат и в енергията ѝ и нещата започнаха да се променят главоломно. В продължение на месеци се срещаше с нови и интересни хора, а четири месеца след като започна да използва практиките, срещна някого, влюби се и сега е щастливо омъжена.

Бил съм свидетел на драматични промени, които настъпват в хиляди мои ученици, след като поемат инициативата и променят убежденията си. Когато променяме убежденията си, променяме и вибрацията на собственото ни квантово поле. Новите убеждения променят енергийния ни подпис и нас самите.

Всички сме чували изрече „ще повярвам, когато го видя.“ Точно обратното е. Защо да чакаме да видим или да пипнем нещо преди да повярваме в него? Може никога да не го видим. По-добре да повярваме първо, да позволим на убеждението да се превърне в активна сила вътре в нас и след това да „го“ привлечем към себе си. Новата ни квантова мантра е: *"Ще го видя, когато повярвам"*. Звучи ви твърде крайно? Крайно е, но точно това ни съветва и Исус. Исус говори за убежденията по специфичен, квантов начин: *„Всичко, каквото бихте поискали в молитва, вярвайте, че ще получите; и ще ви бъде дадено.“*⁶⁸ Обърнете внимание на поредността в това писание, тъй като това е ключът към разбиране на значението му. Необходимо е първо да повярваме.

Съответва ни да повярваме в нещо, което не е реално, преди да го получим. Убеждението е първо. Радикално схващане, което обаче действа, защото е в синхрон с познатите ни закони за вселената. Исус е разбирал и е използвал енергийната мрежа хиляди години преди учените да открият квантовата действителност.

Ако вселената работеше на принципа на Нютоновия модел за действителността, нямаше да сме в състояние да направим това. Щяхме да сме наясно, че убежденията могат да ни вдъхнат увереност и да ни мотивират, но нищо повече, тъй като всичко, което предстоеше да ни се случи, би ни се случило независимо от убежденията ни. Така Ню-тоновият модел обяснява нашата действителност. Според тази остаряла теория, мислите и убежденията ни нямат никакво отношение към случващото се с нас. Квантовият модел предлага съвсем различна перспектива. Квантовият модел ни информира, че убежденията ни постоянно оформят и създават нашата действителност. Това са две напълно различни тълкувания за живота, но ние знаем кой модел е действителен. Знаете кой модел е действителен, нали? Питам, тъй като макар принципно да сме наясно кое е вярно, често живеем и се държим така сякаш Нютоновият модел управлява живота ни. Много от нас все още не са предприели рязък завой и не са заживели по квантов начин. Все още гледаме на себе си като на отделна част от всичко останало и се придържаме към Нютоновия модел за действителността, макар науката да ни казва, че нещата не се случват по този начин. Все още не можем да преодолеем препятствието, че сетивата ни казват едно, а науката - друго. Доверяваме се на действителността, която виждаме, вместо на невидимата единна енергийна мрежа и по този начин се хващаме на въдицата като лапни шарани.

Начинът ни на мислене и действие, изборът, който правим, всичко това се случва на базата на фундаменталните ни убеждения, което става ясно и от наименованието им. Ако целта ни е да спечелим милион лева, да победим в спортно състезание или да се излекуваме от някаква болест, изграждането на фундаментални убеждения в подкрепа на целта ни е от изключително значение. Например, опитът ни да постигнем финансов успех, докато сме убедени, че шансът не е наша страна, ще остане безплоден, каквото и да правим. Може да прилагаме различни техники за силата на подсъзнанието, които да ни направят по-уверени, но ако дълбоко в себе си вибрираме с погрешните послания, това веднага ще даде своето отражение. Финансовият успех изисква фундаментални убеждения, които да го привлекат към нас. Може да изберем фундаментални

убеждения като: „Имам много възможности за успех“, „Имам уникални таланти, които ще бъдат подобаващо оценени“ или „Неврологично настроен съм за успех“. Когато избираме с тези убеждения, това задейства поредица от енергийни модели, които привличат възможностите за нашия успех.

По същия начин, ако сме болни и искаме да оздравеем, е необходимо да имаме силни фундаментални убеждения за здраве и излекуване, които да резонират вътре в нас. Не искаме просто да се надяваме на най-доброто и да чакаме да видим какво ще се случи и определено не искаме да се тревожим, че няма да оздравеем. Искане фундаментални убеждения, които съдействат за оздравяване и отекват в нас денем и нощем. Фундаментални убеждения като: „Тялото е самолекуващ се организъм“, „Свързан съм с енергийната мрежа и тя ме лекува чрез намерението ми“, „Имам силна имунна система“, „Винаги оздравявам бързо“ или „Всеки ден, във всяко едно отношение ставам все по-добре и по-добре“. Тези фундаментални убеждения вибрират в мрежата за нас и ние сме здрави. А когато се установят вътре в нас, дори не се налага да ги пораждаме, те ни пораждат. Това е красотата на фундаменталните убеждения - когато бъдат установени, работят за нас без почивка.

ПЛАЦЕБО ЕФЕКТЪТ

68 Doidge 179-188

Плацебо ефектът е едно от най-изумителните неща в нашата действителност и позволява на мислите ни да летят още по-далеч в търсене на това, което е възможно. Този факт буди противоречия днес, както и при откриването му преди почти шестдесет години. Традиционната медицина, макар и запозната с плацебо ефекта, все още не знае как да го използва. Много защитници на плацебото, смятат че това е универсалното лекарство за всичко. Противниците му го наричат шарлатания, измама, която излага пациентите на ненужен риск и дава напразни надежди. Но и двата лагера се обединяват около факта, че плацебото действа при много от случаите. Нови изследвания сочат, че успехът му е много по-всеобхватен, отколкото се е предполагало в началото.⁶⁹

Ефектът на плацебото привлича вниманието на обществото в средата на 20-ти век. Откритието е, че на пациенти се дават

безвредни топчета захар като им се казва, че са лекарства, и често се наблюдава подобрене. Във влиятелна статия, публикувана за първи път през 1955 г., изследователят от Харвард Хенри Бийчър заключава, че между тридесет и четиридесет процента от участниците от плацебо групата реагират на плацебото.⁷⁰ Сега, половин век по-късно, след безброй експерименти откриваме, че степента на успех все още е толкова висока, колкото и в началото, като дори често ефектът от плацебото надхвърля този на предписваните лекарства. Заключениета от това са удивителни.

Да вземем за пример експеримент, проведен от хирурга Брус Мозли, през лятото на 1994 г. Мозли има десет пациенти с насрочена операция за облекчаване на болките в коленните стави вследствие на артрит. Въвеждат пациентите, ветерани от войната, в операционна зала в Медицински център за ветерани в Хюстън. Подготвят ги за операция и ги упояват. Изписват ги на следващия ден с белези от разрези и болкоуспокоителни. Всичко изглежда еднакво, но това, което им се случва, докато са под упойка, доста се различава. Двама от тях са подложени на стандартна артроскопия, трима - само на промиване на ставата, а петима въобще не са оперирани. Мозли просто прави по три повърхностни разрези в коленете на тези петима пациенти, за да изглеждат като рани от операция. Сега е моментът да уточня, че и десетте пациента са били наясно, че са част от уникален експеримент. Все пак не им е било известно кои ще бъдат оперирани наистина. Мозли също не е знаел, тъй като е признал, че се е страхувал, че ако е наясно от самото начало, може да се издаде неволно пред пациента. Чак в операционната зала, когато пациентът вече е бил под упойка, той е отварял плик с информация дали да прави истинска или фалшива операция. За участниците и от трите групи се полагат постоперативни грижи, които включват програма за раздвижване.⁷¹

Лечението с плацебо дава резултат. Шест месеца след операцията, все още в неизвестност относно това дали е била истинска или фалшива, и десетимата пациенти съобщават, че болката е намаляла. Всички са доволни от резултатите от хирургическата намеса. Един от участниците в плацебо групата, който е на седемдесет и шест години и е от Бомонт, Тексас, е интервюиран няколко години след експеримента. През това време редовно коси ливадата пред къщата си и се разхожда, когато пожелае. *„Операцията се състоя преди две години“,* съобщава той, *„и оттогава не съм имал проблеми с коляното. Сега ми служи добре като другото. Изказвам признанието си на д-р Мозли.“*

Още един член на плацебо групата, Тим Перез, който е използвал бастун преди операцията, сега играе баскетбол с внуците си. Всички пациенти, подложени на плацебо хирургията, били уведомени за това две години по-късно, но дотогава резултатите били утвърдени вече от ума и тялото. Не е имало връщане назад. Перез обобщава опита си по следния начин: „Всичко е възможно на този свят, когато вложиш раз-ума си в него. Знам, че умът ви може да твори чудеса."

Тези открития поставят началото на цяло ново поле за разследване - „плацебо хирургия". Изглежда, че самите символични хирургически действия - кръвта, знанията и мъдростта на хирурзите, дори белезите, които насочват ума към драматичното действие - всички те са съществена част от оздравителния процес.

Всъщност ако проучите медицинските практики, които са използвани през миналите векове, ще откриете, че традиционната западна медицина е включвала най-вече лечение с плацебо със сложни ефекти с цел отвлечане на вниманието. По онова време нито пациентите, нито самите лекари са осъзнавали, че извършват ненужни, дори вредни процедури, как иначе бихте описали пускането на кръв, пиявиците или някои от другите странни начини на лечение и еликсири, давани в името на медицината в тези отминали времена? В повечето случаи пациентите са се подобрявали напук на

69 Robert Bly, *A Little Book on the Human Shadow*

70 Евангелие на Матей, 25:14-30.

71 Carl G. Jung "Psychology and Religion", *Collected Works of Carl G. Jung, Volume 11 Psychology and Religion: West and East*, 131.

лечението, а не благодарение на него. Лекарите, използвали методи, за които сега знаем, че са пълна измислица, са вярвали в това, което правят, а пациентите са имали доверие и вяра в тях. Имало е вяра и от двете страни и сега, когато разбираме, че убеждението играе важна роля при лечението - „най-важна роля" може да се стори прекалено силно на някои хора - осъзнаваме защо тези практики са давали резултат. Много малко, а може би дори нито един от методите, използвани през деветнадесети век, не се използват днес, а са действали по онова време.

Но евентуалните ползи от плацебо убежденията са много по-

големи от лечението на тялото. Тъй като плацебото дава такъв добър ефект при лечението, би ли могло да действа също толкова добре и в останалите сфери на живота? Бихме ли могли да използваме плацебо убеждения, за да печелим повече пари, да привлечем любов, да играем по-добре голф, да получим просветление? Бихме ли могли да се почувстваме щастливи чрез плацебо убеждение? Е, точно това направих аз преди двадесет години.

Случи се, докато плавах с приятеля си Джим Бърнс с платноходката ни Акимбо. Почти всеки път в продължение на шест месеца, когато изкарвахме лодката си в открити води, времето беше хубаво. В северозападната част на Тихия океан, където вали много и може един час да е слънчево, а в следващия момент да завали като из ведро, ние постоянно се радвахме на хубаво време и аз всеки път казвах на Джим: „Такъв ни бил късметът." Правех го с усмивка, но също така осъзнавах, че казвайки го, дори и на шега, програмирах ума си с всяко едно повторение. Това стана моята лятна мантра и аз я употребявах многократно. Радвахме се на невероятно време през целия сезон, което ми позволи да използвам това утвърждение често.

Но не се ограничих само с времето. Придобих навика да казвам „Такъв ми бил късметът" всеки път, когато ми се случеше нещо хубаво. Това, че обърнах наопак един известен израз, имаше смисъл за мен. Замислете се колко пъти сте чували някой да казва „Такъв ми бил късметът."

Какво се има предвид? Винаги си използва във връзка с някакво нещастие. Случвало ли ви се е да чуете този израз в положителен смисъл? Аз избрах да е така.

„Такъв ми бил късметът" се появи като хумористична забележка, но след това забелязах, че късметът ме застига и в други сфери на живота ми. Присъствах на благотворително събитие и познайте кой спечели картината? Опитах се да купя билети за изключително популярен концерт на Леонард Коен и докато говорех по телефона с жената от билетната каса и тя ми обясняваше, че всичко е продадено, изведнъж замлъкна и каза: *„О, момент. Това е необичайно, току-що се освободиха два билета. На трети ред са."* Резервирах ги. *„Имате голям късмет"*, каза тя. *„Знам"*, отвърнах аз. Затворих телефона и си повторих наум: *„Такъв ми бил късметът."* Вече бях осъзнал каква работа ми върши тази новопридобита практика. Брат ми Том организира хокейно събитие за семейството ни, като нае зала за играта и аз

лелях до Торонто, за да присъствам. В залата присъстваха над двадесет хиляди фенове на хокея. Познайте кой спечели на томболата същата нощ, като се прибра вкъщи с почти десет хиляди долара? Има много други примери, които мога да разкажа като в момента действителността е, че постоянно имам късмет в живота си и ми се случват хубави неща. Не казвам, че нямах късмет преди това, но не може да се сравнява с това, което имам в момента. Изненадан ли съм, че това ми се случва? Въобще не. Очаквам го. Превърна се в част от модела ми за действителността.

Преди около век философът и психолог Уилям Джеймс споделя прозрението си, че да променим начина, по който гледаме на себе си е толкова просто и същевременно толкова сложно - *„Новият живот не е нищо повече от нов начин на мислене.“* Истината за нашата действителност е, че всеки е свободен да вярва в каквото реши, а убежденията, които избираме, се превръщат в отекващи закони за вътрешната сила. Чрез това прозрение воините си изграждат уникални модели за действителността с помощта на могъщи фундаментални убеждения. Правим го, защото разбираме мощта и ползата от тези убеждения за нас. Следните четири квантови принципа са в основата на воинския ни модел за действителността и неделима част от митологията ни.

ФУНДАМЕНТАЛНИ УБЕЖДЕНИЯ НА КВАНТОВИЯ ВОИН

1. Съзнанието, създало вселената, живее вътре в нас.

Нашите мисли са миниатюрни холографски късове от съзнанието, което господства във вселената. Мислите ни са заети основно с ограничената сфера на Аз-а, но те все пак са част от великата космическа мисловност и разполагат с достъп до всичко, което се съдържа в този космос. Макар и противоречиво, това схващане е основателно и подкрепено от фактите на квантовата теория. Приемаме това убеждение, защото сме в състояние да го направим благодарение на правото си на избор. След това то бива подкрепено и от идеята, която ни разкриват великите мистици. Сега, когато се възприемаме по различен начин, приемаме тяхната истина за наша. Да имаме такова убеждение е преимущество за нас. Замислете се. Ако съзнанието, създало вселената, е вътре в нас, има ли нещо, което да не може да постигне? С това убеждение изведнъж всичко е възможно.

2. Съществуваме и сме едно цяло с енергийната мрежа.
Всички неща произлизат от непроявеното и се връщат към

непроявеното. Непроявеното е това, което не е или да бъдем по-конкретни това, което все още не е. Това е първопричината, от която са създадени всички неща във вселената на пространството и времето. Всички сме деца на непроявеното. Всички неща - галактики, мравки, океани, хора - са произлезли от един и същи източник. Ние сме част от цялото и образуваме едно цяло с него. Всички неща са наши братя и сестри - хора, растения, животни, дори времето и пространството. Намираме се във взаимовръзка с всичко.

3. Съзнанието тъче и насочва енергията.

Енергийната мрежа реагира на нашите команди и действия. Проектирана е така, че да откликва на съзнанието. Мрежата се намира във вечно състояние на неограничен потенциал, очаквайки съзнанието да ѝ въздейства. Всичко на този свят на десет хиляди неща има своя собствена вибрация, енергиен подпис, включително ние самите. Общуваме с мрежата чрез вибрационни послания. Всяка мисъл и убеждение се свързва с енергийната мрежа чрез свой уникален вибрационен подпис. Езикът на вселената е енергия от вибрация. Когато се научим да общуваме на мистериозния език на вселената, ние се научаваме да работим с енергийната мрежа.

4. Имаме възможността да постигнем всичко.

Пред нас не съществуват други ограничения, освен тези, които сами си налагаме. Всичко е възможно за тези, които вярват. Вселената е по-велика и мистериозна, отколкото можем да си представим. Тя съществува в състояние на постоянна възможност и ние сме едно цяло с нея. Вярваме в способността си да правим или да станем, каквито си поискаме, защото вярваме във вселена на нео-граничени възможности.

Макар и забулени от митични обяснения, тези четири убеждения са подкрепени от квантовата теория. Възможно е да повярваме в тези квантови принципи, да ги приемам за наши житейски истини. Запечатваме ги в подсъзнанието си, където те избухват и се превръщат в закони за силата, а въоръжени с тези закони можем да вършим велики дела.

ЗАПЕЧАТВАНЕ НА УБЕЖДЕНИЯ

Позволете ми сега да ви разкрия тайните за запечатване на убеждения в подсъзнанието. Колко е 6 по 6? А 9 по 8? Как

отговаряме на тези въпроси без да се замислим, смятаме ги по-бързо дори, отколкото с калкулатор? Защото сме запечатали таблицата за умножение в съзнанието си чрез множество повторения. Спомнете си времето в училище. Спомнете си колко пъти сте повтаряли, писали и изговаряли таблицата. Толкова много пъти, че сега тя е твърдо запечатана в ума ви. Не се налага да я упражняваме отново, или да опресняваме знанията си - те са програмирани в нас.

Същият метод, използван при запаметяването на таблицата за умножение, може да се приложи за запечатването на нови убеждения директно на подсъзнателно ниво. Постигаме този резултат чрез повторения и ежедневни упражнения. Съсредоточаваме се за пет минути на ден върху съответното убеждение, което искаме да запечатим в съзнанието си, като пораждаме колкото се може по-живи образи, свързани с него. Например, можем да запечатим квантовия принцип *„съзнанието тъче и насочва енергията“*. Според техниката за запаметяване отделяме на това твърдение около пет минути на ден, като сме изцяло съсредоточени върху него. Повтаряме си: *„Съзнанието тъче и насочва енергията“*, след това оставяме на съзнанието си да обмисли изводите от това. Когато мислите ни се отклоняват в друга посока, отново насочваме вниманието си към твърдението като си повтаряме: *„Съзнанието тъче и насочва енергията.“* Усещаме силата и това, което казаното влече след себе си. Повтаряме този процес отново и отново, утвърждаваме това твърдение пред себе си като оставяме ума си да почувства важността му. Затваряме ума си за всички останали мисли, насочвайки го само към това твърдение. Повторението, независимо дали гласно или наум, е от голямо значение, тъй като само чрез повторението задействаме нови неврологични вериги. Убеждаваме се в истинността на това твърдение като изцяло се съсредоточаваме върху него и го оставяме да вибрира вътре в нас. Позволяваме на думите да ни заредят с енергия. Когато свършим с упражнението, умът може да поражда каквито мисли иска до следващия ден, когато повтаряме упражнението. Чрез този процес, това, което в началото ни се струва просто интересно схващане, оживява за нас и пуска корени в подсъзнанието ни.

Спомням си ясно първият път, когато използвах техниката на запечатване. Случи се, докато живеех в колибата си в Британска Колумбия. Все още изпробвах тези методи и бях си изградил дневна програма за запечатване в ума на убеждението: *„Разполагам с неограничена сила.“* Искях да повярвам, затова всеки ден си повтарях: *„Разполагам с неограничена сила.“* Мислех си как

съм свързан с енергийната мрежа, как мислите са истински сили, че имам достъп до тази неограничена сила и мога да я използвам, когато си пожелаая. Наложих си да извършвам тези рутинни действия по пет минути всеки ден. Пет минути не са много време, но ние сме наясно, че интензивното съсредоточаване на мислите ни за кратки интервали от време води до неврологични промени. Петминутно упражнение на ден в продължение на няколко месеца води до необикновени резултати.

Понякога, с приключване на упражнението, се чувствах вдъхновен, изпълнен със силата на това, което си повтарях. Друг път обаче го правех студено и механично и макар да си повтарях думите и да обмислях значението им, просто не ги чувствах като истина. Имах усещането, че се зальгвам. Освен това се случваше да пораждам и мисли като: *„Неограничена сила? Ха! Разорен си, буксуваш на едно място. Ти си един неудачник.“* Единственото, което можех да направя, беше да не обръщам внимание на тези мисли и да продължавам с упражненията. И така, понякога думите ми се струваха истински и могъщи, друг път - бездушни и механични, но тук стигаме до най-съществената част, която искам да подчертая. Правех го всеки ден, независимо дали имам желание или не. Независимо дали имам вдъхновение или не, правех го всеки ден. Бях дисциплиниран и отдаден.

Никога няма да забравя момента, в който почувствах и бях убеден, че убеждението се е запечатил в подсъзнанието ми като вибриращ закон за енергията. Случи се няколко месеца, след като започнах с упражнението. Събудих се посред нощ развълнуван, съзнаващ, изгарящ от увереността, че *„разполагам с неограничена сила“*. Можех да усетя как истинността на това твърдение отеква в мен. Вече не беше схващане, в което исках да повярвам. Сега бях абсолютно сигурен, че разполагах с неограничена сила. И това чувство никога не ме напусна. То е неразделна част от модела ми за действителността.

Като воини ние имаме привилегията да избираме убежденията си. Митологията ни за това, което е възможно, ни позволява да го правим. Това е страхотно преимущество, което ни снабдява с начини за изплитане на мрежата, които повечето хора не разбират. Това да избираме убеждения е инструмент и ние можем да боравим с него умело. Когато осъзнаем възможностите си, никога не се връщаме към стария си начин на мислене. Когато се отдадем на това да даваме най-доброто от себе си във всяка ситуация, за нас е съвсем естествено да възприемаме най-добрите, окриляващи убеждения.

Научаваме се да играем на монопол с тези нови умения за подбор на убежденията ни и откриваме, че окриляващите убеждения ни правят по-добри играчи. Упражняваме се да вярваме, че ще постигаме успехи, ще привличаме възможностите, ще се радваме на късмет и добро здраве и тези убеждения ни помагат да сътворяваме тези неща в живота си. Ще използваме същия процес и по-нататък в космическата игра, когато ще възприемем нови още по-креативни убеждения за себе си, оформящи нашата действителност. Откриваме, че да избираме убежденията си, е едно от най-важните ни умения и като майстори творци, когато сме насаме с мислите си, изграждаме модела си за действителността далеч от другите и без те да са наясно.

Не всеки гледа на света като нас или притежава нашето разбиране на силата на убежденията. При сблъсък си с другите, бързо се научаваме да пазим мнението си за тези неща за себе си. Ние проектираме модела си на действителността ненатрапчиво, трупаме нови убеждения, но не накърняваме правото на всеки да вярва, в каквото реши, независимо дали е в противоречие с нашите възгледи или не. Не е необходимо да убеждаваме другите в нашата правота. Не е нужно да се чувстваме застрашени от убеждения и модели на действителността, различни от нашите. Всеки човек е различен и това е факт. Няма две еднакви личности. Преживяното от всеки е различно. Няма две еднакви мнения за това какво е възможно, така че как бихме могли да вярваме в едно и също?

Всички ние тъчем енергийната мрежа според собствените си представи, като някой от нас съзнават какво правят, други не. Всеки играе, колкото се може по-добре. Докато общуваме помежду си по най-различни, интимни и не толкова интимни, начини, с приятели, членове на семейството, колеги, любими, непознати, съперници, изживяваме митологиите на собственото си съзидание. Играта е така направена, че всеки да може да я играе по свой уникален начин. Няма наложени никакви забрани. Разполагаме с неограничената, творческа свобода да избираме в какво да вярваме.

6.

АТЛЕТИ НА МИСЪЛТА

Квантовите войни са преди всичко атлети на мисълта. Имаме идея за това, което е възможно, и знаем по какъв начин да го постигнем. Разбираме, че ключът към успеха ни е в способността ни да овладеем и тренираме ума си и се отдаваме на тази задача. Тренираме всеки ден, започваме да опознаваме и да разбираме квантовите закони все по-добре, да тъчем енергия, да развиваме характера си, да укрепваме волята си, да изостряме вниманието и въображението си. Когато тренираме по този начин, опознаваме себе си и оценяваме уникалното си място във вселената, където всичко е възможно.

Тренировките на квантовите войни доста наподобяват начина, по който тренират професионалните спортисти, за да придобият уменията си и да завоюват почетните места. Отдавна се интересувам и изучавам тренировките на атлетите и съм бил в близки взаимоотношения с много професионални спортисти и треньори от най-високо ниво. Приликите между тренировките на топ атлетите и квантовите войни са прекалено очевидни, за да бъдат пренебрегнати. И двата вида тренировки изискват постоянство, отдаденост към отличните резултати, ясно определени цели и игра за победа. Можем да научим много, докато изучаваме практиките на елитните атлети.

Треньорът Джим Мърфи, автор на „Вътрешно съвършенство“, добре знае какво е необходимо, за да се изкачи човек до най-високо ниво в спорта. Джим е бил треньор на много професионалисти и олимпийски атлети, които са реализирали пълния си потенциал. Той знае какво е нужно за върховни постижения, а двамата сме имали не един случай, при който сме сравнявали тези две дисциплини.

„Върховото представяне има няколко общи характеристики“, казва Джим. „Топ атлетите демонстрират три основни характеристики, когато разкриват пълния си потенциал: ясен ум, енергия, насочена в позитивна посока, и силни убеждения“.

„Начинът им на мислене е критичен. Това е ядрото на шампиона. Кои са, как тренират и как се състезават всъщност се свежда до начина им на мислене. Атлет, който иска да покаже максимума от себе си, трябва да развие могъщи убеждения за себе си. Елитният атлет се упражнява да контролира мислите и

чувствата си, да се научи да се концентрира добре и да се превърне в присъствие в процеса."⁷²

Да се превърнем в „присъствие“ е интересен подбор на думи, защото това са думите, които воините използват при описанието на това, което се случва, докато тренираме. Когато тренираме редовно и се отдаваме на идеята, в нас се наблюдава сериозна промяна. Превръщаме се в мислите и убежденията си. Превръщаме се в присъствие.

Всеки от нас се ражда с невронна настройка за успех, но е необходимо много повече за постигането на отлични резултати на най-високите нива. Ако искаме да се издигнем до атлети на мисълта, е необходима друга степен на отдаденост. Трябва да се упражняваме, за да постигаме най-доброто, на което сме способни. Тренировките не са просто нашето средство за успех, а пътят, по който ще станем хора.

„Едно от нещата, които помагат, е установяването на определен ежедневен ред“, обяснява Мърфи. „Най-добрите атлети имат установени практики във всички области от живота си, включително за нощта преди играта, за самия ден, за моментите, непосредствено преди играта, по време на играта и след нея. С течение на времето си създават рецепта за успех, която им позволява да се представят възможно най-добре и те се придържат към нея. Създават си мисловни, физически и дори духовни рутинни практики, които им помагат да концентрират енергията си. Когато имате силни убеждения и проявявате постоянство при рутинните си практики, ще имате отлични резултати. Ключът е в практиката.“

ТРЕНИРАНЕ НА УМА

Ключът към успеха на воина също е практиката. Със силни убеждения и постоянство при ежедневните практики можем да постигнем всичко. Все пак преди да започнем с тренировките, трябва ясно да разберем уникалната роля на ума ни относно това кои сме. Искам да обърнете специално внимание на това, което ще кажа сега. Следващото изречение съдържа ключа към разбирането на самите себе си. Ние не сме мислите си. Изключително важно е да разберем това, тъй като ако не го знаем, ще останем измамани в живота. Напълно се асоциираме с разума си и забравяме, че сме много повече от тази поражаваща мисли част от нас. Както не сме ръцете и краката си - те са само части от това, което сме - така не сме мислите си. Мислите са

само част от това, което сме. Необходимо е често да си напомним за тази разлика в противен случай мислите ни ще ни направят на глупаци и ще се превърнем в техни пленници. Поради тази причина ще говоря за „нас" и за „ума" ни сякаш са различни неща, каквито те всъщност са. Може да ни се струва странно, но когато направим това разграничение,

72 Джим Мърфи, лични разговори, 2009.

то ни помага да разберем сложната си същност. Когато се разграничим от разума си по този начин, става по-лесно да променим начина, по който се възприемаме, което прави и тренировките ни по-ефективни.

Умът ни вярва, че единствената му роля е да поражда мисли, и той го прави по какъвто начин реши. Когато го оставим да функционира така, ние се оставяме на неговата милост. А това напълно противоречи на начина, по който искаме да функционира. Чрез упражненията тренираме ума си да работи за нас. Държим го отговорен за задачите, които му поставяме. Тренираме го да поражда специфичните мисли, които избираме и да слуша командите ни. Тренираме ума си като воин и го привикваме на военна дисциплина.

Съзнанието ни има три основни функции. То е Попечителят на волята, Пазителят на портите на подсъзнанието и Тъкачът на моделите. Това не са психологически термини, които ще откриете в учебниците. Това са митични термини, заредени с образност и психологическа функция. Описваме функциите на ума по този начин, защото практиката показва, че много по-лесно се възприемат митични звания, отколкото студена, техническа терминология. Когато описваме функциите на ума по този начин, ние го обучаваме да изпълнява задълженията си, а когато интегрираме тези понятия в митологията си пред нас се разкриват мистерии.

Като Попечител на волята разумът има огромна мощ над нас като контролира мислите и действията ни. Който контролира волята, има силата да контролира Аз-а. Понякога несъзнателните модели могат да обсебят волята, за което ще говорим по-нататък в книгата, но при нормални обстоятелства разумът е този, който решава с какво да се занимаваме и как да живеем живота си. Това, в което вярваме, ни е определено от разума. Не ние сме

създали модела си на действителността чрез правото си на избор или представите си, създал го е нашият разум според неговите възгледи и особености. Дори не сме забелязали как се случило, тъй като смятаме, че ние сме нашият разум. Без воинската подготовка сме обречени да бъдем пленници на модела на действителността на нашия разум, да приемаме неговите убеждения и да следваме слъпо инструкциите му. Като попечител на волята разумът управлява Аз-а и не е склонен да отстъпи тази си власт. Разумът все пак не е пълен господар на волята. Той е само попечител и е трениран да проявява мъдрост и да използва тази сила прозорливо. Накрая, когато настъпи пробуждането, другите части на Аз-а ще споделят волята с разума, но това е на по-късен етап.

Битува една стара максима според която разумът е чудесен слуга, но ужасен господар. Това е самата истина, така че ние си възвръщаме силата като тренираме ума и му помагаме да намери точното си място в развиващото се Аз. Ако това ни звучи странно, то е само защото сме забравили кои сме.

Второто митично звание на ума е Пазител на портите на подсъзнанието. Когато умът ни се сблъсква за първи път с това понятие, което всъщност е работна длъжност, то го изненадва, тъй като няма никаква представа, че това е една от функциите, които изпълнява, а и как може да знае след като това е известно само на малцина. Разумът разбира какво се иска от него, но все още не е наясно с ро-лята и мястото си в Аз-а. Все още не е запознат с това, но чрез тренировки ще усвои невероятни умения, ще научи големи истини и ще разбере мистериите на вселената. Разумът има много по-велика цел от пораждането на мисли.

Когато започваме обучението си, разумът се вълнува от възможностите, които този път ще му разкрие и това е добре. Ентусиазмът, с който разумът приема тренировките, е важен, тъй като това ще го накара да ни сътрудничи. Показваме му преимуществата, които упражненията ще му донесат. Това е стръвта, с която ще примамим разума да ни сътрудничи. Умът има огромен апетит и иска да знае и разбира всичко. Умело използваме това му любопитство и го убеждаваме да приема нови задачи. В противен случай той остава закотвен в едно положение и не вижда смисъл да се променя. Умът минава на наша страна и решава да вземе участие в новата система заради обещаните резултати от обучението. Танто за танто, като всички елементи на Аз-а осъзнават предимствата на това да си сътрудничат.

Като Пазител на портите на подсъзнанието, разумът има задачата да наблюдава основните мисли и теми, които го ангажират, и да е сигурен, че мислите ни са в съответствие с това, което искаме да проявим в живота си. Подсъзнанието не налага цензура върху посланията, които получава от ума, така че работа на разума е да проявява бдителност относно това какво мисли. Тази нова отговорност представлява различна и необичайна дейност за ума и в желанието си да е активен, той я приема. Запечатваме митичните звания в ума си отново и отново и накрая той приема и разбира уникалната роля, която ще играе в разгръщащата се пред нас съдба.

Последното звание на ума е Тъкач на модели. Всеки път когато умът поражда мисли, особено когато са заредени с емоция, желание или намерение, те се превръщат в енергийни модели. Когато тези мисли бъдат повторени отново и отново, те приемат съвсем ясен модел и подсъзнанието ги усвоява.

Много от техниките за квантовата сила на разума може на пръв поглед да изглеждат подвеждащо прости, но те дават изключителни резултати, когато се използват редовно. Все пак умът е мързелив и уседнал, така че да си върнем контрола не е толкова лека задача. Необходимо е да тренираме всеки ден. Има много различни упражнения, които задаваме на ума си. На него лесно му доскучава и е нужно да получава нови предизвикателства и да бъде стимулиран по различни начини. Ако не го ангажираме с това, което правим, ще се върне към старите си навици. Наша отговорност е да проявяваме творчество при тренировките и рутинните си практики.

Тренировките в ума ни не са като тези във фитнеса, където тренираме, за да сме в добра физическа форма и това ни прави по-силни и издръжливи. В мисловния фитнес на нашето съзнание използваме упражнения за силата на разума, за да търсим енергийни модели и да задълбочаваме разбирането си. Тези практики укрепват и дисциплинират ума. Когато си поставим задачата да правим тези упражнения и я спазваме стриктно, укрепваме и волята си. Понятието силна воля не е празен израз. Обуздаването на волята зарежда с истинска сила, а редовните тренировки я укрепват. Когато волята ни е силна, сме способни да следваме и осъществим най-добрите си намерения.

Воинската ни тренировка започва със серия от мисловни упражнения, които правим всеки ден. Ежедневно отделяме по двадесет или тридесет минути, за да тренираме в ума си. Можем

да отделяме и повече време, ако искаме, а мнозина искат, но не е необходимо да правим упражненията в продължение на часове, за да получим резултати. Невероятни резултати се постигат само с тези около половинчасови тренировки, стига да се правят ежедневно. Най-важно е постоянството и ежедневното изпълнение на упражненията. Много по-добре е да отделяте двадесет минути всеки ден, отколкото два часа веднъж или два пъти седмично. Затова ви предлагам да ограничите продължителността на сериите до двадесет или тридесет минути. Целта е тренировките да ви станат навик.

РАЗМИШЛЕНИЕ

Първото упражнение е размишление. Избрах него, първо, защото е чудесен начин за трениране на ума и повишаване на разбирането на квантовите принципи на вселената. Размишляваме върху тези закони, гмурваме се под повърхностното разбиране и интелектуалното любопитство и стигаме до по-дълбоките тайни, които те крият. Това ни позволява да ги познаем, усетим и разберем по-отблизо.

Размишлението насочва ума към твърдението, факта или закона, върху който сме решили да се съсредоточим. Тази практика е от двойна полза за нас. Първата и най-очевидна полза е, че когато размишляваме върху нещо седмици и месеци наред, го опознаваме по-добре. Дълбочината на разбирането и идеите, които се пораждат, се допълват взаимно като части от пъзел и постепенно пред нас се разкрива по-ясна и сложна картина. Това е изключително ценно, защото когато задълбочаваме познанието и разбирането си за законите на квантовата действителност, ставаме по-прозорливи и способността ни да работим със силата на мисълта се повишава.

Втората полза, която често наричам скритата полза, е, че когато концентрираме мислите си по този начин, укрепваме ума и го дисциплинираме. Ежедневното размишление го кара да се чувства добре при изпълнението на инструкции и да поражда мислите, които ние избираме за него, а не мислите, които преди това е избирал на случаен принцип, каквато е естествената му склонност. Размишлението е от значение и за силата на ума. Той поражда мисли и ще продължи да го прави независимо дали го насочваме или не, така че да го оставим да прави това, което му е заложено, да го оставим да поражда мисли, но да ги насочваме по специфичен начин и да берем плодовете от тях.

Когато ежедневно използваме размишлението, бързо развиваме по-дълбок усет и разбиране за нещата, над които размишляваме. Удивително е колко нови прозрения ни връхлитат дори през първите дни, но в действителност те са само сянка на задълбоченото разбиране, което ще се реализира, ако продължим да използваме тази практика.

Целта на размишлението е да поддържа ума концентриран върху едно понятие, но покрай него да поражда и да се свързва с подобни идеи. Например, ако размишляваме върху квантовия принцип „Съзнанието изплита и насочва енергията“, ние предаваме на ума си намерението да мисли над този принцип. Започваме като си повтаряме твърдението наум и забелязваме какви идеи изникват в съзнанието ни. Докато размишляваме, може да се уловим, че мислим колко възприемчива е мрежата, как откликва на нашите мисли. Ако мрежата оказва влияние върху мислите ни, ние го осъзнаваме, а след това е необходимо да сме бдителни относно това какви мисли подхранваме. Или може да се уловим как се възхищаваме на изключителността на системата, в която съзнанието си взаимодейства с енергийната мрежа. Чрез размишлението ни се разкриват множество идеи, мисли и схващания, които да обмисляме. Започваме да имаме прозрения, които въобще не са ни хрумвали преди.

За пет минути в ума ни ще се зародят много нови и най-различни мисли относно темата, върху която размишляваме. Също така умът ни ще се отклони и ще започне да мисли за вечерята или за някое задължение, което е предвидено да изпълним, и изведнъж ще усетим, че изобщо не мислим за това как съзнанието насочва енергията, а напълно сме се разсеяли. В момента, в който открием, че умът ни не мисли за твърдението, което сме му възложили, започваме отначало като насочваме вниманието на ума обратно към първоначалната му задача. Ще се изненадате, когато разберете колко пъти умът се разсейва за период от пет минути, особено в началото, когато се учите да прилагате тази техника. Понякога е трудно да се съсредоточите дори за тридесет секунди, но това не бива да ви обезкуражава. Не съдим за способността си да се съсредоточаваме по първите си опити, тъй като непостоянството ще е характерно за тях. С практиката способността ни да се концентрираме много се подобрява.

До тук

Древните кабалисти се използвали различни методи за

медитация, като описания на много от тях са запазени в ръкописна форма в библиотеки и частни колекции.

Кабалистът от 16-ти век, Юда Алботини, хвърля светлина върху един от методите: *„Тези, които медитират, се концентрират върху идея или дълбока поука. Затварят очи и изтриват всичките си способности, за да позволят на скрития им интелект да изплува от потенциала за действие. След това поглъщат поуката и я запечатват в паметта си завинаги.“*⁷³

Когато размишляваме с такава сила и дълбочина, се сблъскваме с прозрения и истини, оставали невидими за нас преди тази практика. Чрез тези упражнения се потапяме директно в скритата мъдрост, която всъщност въобще не е скрита, а съществува под повърхностните мисли и очаква да стигнем до нея.

Алботини също така описва методи на „скачане“ и „рикоширане“. Те включват техниката, който съвременните психолози наричат „свободни асоциации“.⁷⁴ Това означава човек да се остави дадена мисъл да го води към друга без да налага цензура, или да се опитва да насочва процеса. Според Алботини, когато някой е достигнал до голяма мъдрост или висока степен на осъзнаване на уни-версална истина, той „запечатва тези открития“⁷⁵ в себе си. При квантовата сила на мисълта използваме техниката на запечатване със същата цел. Новите прозрения, до които достигахме чрез размишленията, запечатваме директно в подсъзнанието си, където те намират плодотворна почва, разцъфват и се превръщат в закони за силата за нас.

Накратко ще разгледам и въпроса с камъните, до които стигахме, когато започнем да се впускаме редовно и все по-дълбоко в размишления, защото ако не сме наясно с камъните, ще бъдем изиграни и ще прекратим практиките си след първите опити. Когато се впуснем в размишления за първи път, прозренията често идват толкова бързо и са толкова дълбоки, че оставаме удивени. Често само след две или три упражнения се изумяваме от това, което научаваме, а след седмица на размишления над същия закон или фраза вече разлистваме повърхностните слоеве на разбиране. Тогава удряме на камък и ни се струва, че нищо ново не изниква. Сякаш от тази област няма какво повече да се научи. Тази пълна суша може да трае две или три седмици. Предъкваме все едни и същи неща отново и отново. Попаднали сме на камък и може да буксуваме на това място седмици наред преди да продължим по-навътре. Редовните практики водят до задълбочени прозрения, но това не означава,

че всеки ден размишлението ни води по-навътре от предишния ден. Често има периоди на затвърждаване, през които изглежда, че нищо ново не се случва, но всъщност ние сме попаднали на камък вътре в нас и това е необходим процес, който е част от пътуването ни към следващия низ от дълбоки прозрения. Бъдете настоятелни. Упражнявайте се редовно. Доверете се на процеса.

Дадените по-долу квантови принципи, представени в предишната глава, се изисква да бъдат подлагани на размишление един по един и така да се задълбочи познанието за тях. Така ще ги запечатим в подсъзнанието си. Можем да се заемаме с едно на седмица, като само то ще бъде във фокуса на размишленията ни. По този начин за една година ще сме размишлявали върху всяко едно по тринадесет седмици.

73 Aryeh Kaplan, *Meditation and Kabbalah*, (Boston: Red Wheel/Weiser, 1982), 113 74 Техника на Фройд, чрез която позволяваме думите и мислите да текат спонтанно, без да филтрираме смисъла или посоката им.

75 Kaplan 113

- 1. Съзнанието, създало вселената, живее вътре в нас.**
- 2. Съществуваме и сме едно цяло с енергийната мрежа.**
- 3. Съзнанието изплита и насочва енергията.**
- 4. Имаме възможността да постигнем всичко.**

Когато размишляваме върху тези квантови принципи ежедневно, пред нас се разкриват нови прозрения. Да си изберем квантово убеждение и да се концентрираме върху него за пет минути е добър начин да започнем деня си. Когато размишляваме върху тези квантови принципи, ние се изравняваме със законите на вселената, като утвърждаваме правото и способността си да работим с тези закони. Да тъчем и насочваме енергията не само е наше право - това е причината да бъдем създадени. Ние сме настроени, проектирани и подтиквани да работим с енергийната мрежа, да творим по наш избор. Ние сме космически същества със съзнателен и подсъзнателен разум, тяло и душа, и чрез тези различни части имаме достъп до всичко. Подтиквани сме от Бог/природата/еволюция-та (вие изберете) да създаваме чрез дадените ни умения като реализираме уникалните си идеи. Позволяваме на разума си да мисли за тези истини. Размишлението върху тези принципи ни променя като личности.

Всеки принцип, над който размишляваме, накрая се превръща във вътрешно убеждение, а оттам и в закон за силата за нас. По този начин се пресъздаваме. Превръщаме се в това, около което мислите ни кръжат.

Когато тренираме по гореописаните начини, ние се превръщаме в атлети на мисълта. Ежедневните ни практики се превръщат в начин на живот и следваме този път, защото усещаме непосредствените ползи. Харесва ни как се чувстваме, докато тренираме. Виждаме резултатите в живота си и това ни вдъхновява да продължаваме напред. Открили сме нов начин на живот и се впускаме в приключението.

7.

ИЗТЪКАВАНЕ НА МРЕЖАТА

Думата „действителност“ не се тълкува еднакво от всички.

Юджийн Уигнър

В началото на 90-те години на 20-ти век безработният актьор Джим Кери използва мислите, думите и намеренията си по специален начин, за да се превърне в успешна филмова звезда. По времето когато като канадски комик се опитва да пробие в Лос Анджелис и едва свързва двата края, той си поставя ясна цел. Знае точно какво иска. Иска да е успешен и популярен в цял свят актьор и да печели неприлични суми. Като символ на това свое намерение, той си написва чек за десет милиона долара и на чека добавя „за извършени актьорски услуги“. За него е нечуван скок да си представя как изкарва десет милиона долара с един филм, тъй като често дори не успява да си намери работа, но въпреки това написва чека, прибира го в портмонето си и го вади всеки ден, за да му се любува. Представя си как го получава отново и отново, като изгражда в ума си съвсем ясен модел на случката. Визуализира събитията толкова подробно, сякаш наистина се случват. Също така използва утвърждения. „Винаги съм вярвал в магията“, разкрива Кери. „Когато стоях без работа в този град, всяка вечер ходех и сядах на Мълхоланд Драйв, гледах града, разпервах ръце и казвах: „Всички искат да работят с мен. Наистина съм добър актьор. Затрупан съм с филмови предложения.“ Повтарях това отново и отново.“ С тези си действия и думи Кери е изтъкавал мрежата. Думите имат

специфична енергийна вибрация. Когато тъчем с помощта на мислите си, наричаме това визуализиране, а когато използваме думи, говорим за Утвърждения. Освен това той впряга волята си в действие и е решен да постигне целта си, като не позволява нищо да го отклони от това му намерение. Пет години по-късно, градейки стремителна кариера, той получава десет милиона долара за участието си във филма „От глупав по-глупав“.⁷⁶

Изтъкваме мрежата с мислите, думите, намеренията и действията си, като всеки един от тези методи е свързан с конкретна техника. Има хиляди известни спортисти, актьори и успешни бизнесмени, които са използвали ефективно тези методи, за да постигнат успех в живота си. Вече съм описал много от тези истории в първата си книга „Подсъзнанието може всичко“. Тези, които са използвали силата на подсъзнанието, вече са запознати с техниките, които ще изброя по-долу, но ги включвам в тази глава, тъй като са необходима основа за методите за напреднали.

ОСНОВИТЕ

⁷⁶ Джан Канфийлд; *Принципите на успеха*, изд. Обсидиан

Визуализирането е техника, която ни позволява да използваме въображението си, за да си се представим и да се почувстваме така, сякаш вече сме постигнали желаната цел. Това е подробен мисловен план, който рисува как имаме или правим това, което искаме да ни се случи в живота. Повтаряме тези образи отново и отново, като ежедневно изтъкваме мрежата. За кратък период от три до пет минути концентрираме въображението си като си представяме как сключваме сделка, имаме връзка, оздравяваме - според желанието, което искаме да проявим. Най-важното, което не трябва да забравяме, е, че винаги визуализираме как вече имаме нещото, което искаме. Това е мисловният трик. Не се надяваме, че ще го постигнем, не храним увереност, че някой ден ще се случи, а „живеем и се чувстваме“ така, сякаш ни се случва в момента. Мисловният модел, който изтъкваме, е образът на вече постигнатата цел. По време на упражнението, мислим, че вече се е случило. Това е вибрацията, с която работим.

Подсъзнанието, което не прави разлика между действително и въображаемо, ще работи върху тези образи. „Изплитаме мрежата“ чрез намерението си и тези ясни образи. Техниката създава

енергиен модел, който ще привлече от квантовото поле на необятните възможности, най-близките до представите ни обстоятелства. Сега, когато разбираме как съзнанието и енергията работят заедно, осъзнаваме колко е важно да създаваме ясни мисловни образи на това, което искаме да проявим.

При утвържденията използваме думите, за да постигнем същия ефект. Утвържденията са твърдения, които си повтаряме наум или на глас отново и отново. Това също е процес на изтъкване на мрежата, само че този път с помощта на думите. Утвърждаваме това, което искаме да се случи. Например, ако ни предстои важно интервю, можем да си повтаряме: „Прекрасно интервю“ в продължение на няколко минути отново и отново. Да речем, че се възстановяваме от травма на крака, тогава можем да си повтаряме: „Краката ми са силни и здрави“.

Утвържденията действат, защото думите активират съответните мисли. Когато кажем „прекрасно интервю“, автоматично започваме да мислим за предстоящото интервю като за „прекрасно интервю“. Повтаряме си „Имам силни и здрави крака“ и умът ни започва да си представя силни и здрави крака. Думите насочват мислите ни. Повтаряме това, което искаме да ни се случи без да се впускаме в детайли как точно. Оставяме думите да вибрират с намеренията ни и да насочват мислите ни. Кери е използвал утвържденията: „Всички искат да работят с мен. Наистина съм добър актьор. Затрупан съм с филмови предложения“.

Обърнете внимание, че когато си е повтарял тези неща, те не са били истина. Никой не е искал да работи с него, бил е безработен и без пари и е могъл да започне да повтаря тези утвърждения, но не го е направил. Утвърждавал е това, което е искал да му се случи. Давал е на подсъзнанието си съвсем ясни и точни инструкции. Утвържденията вибрират с нашите намерения. Те изтъкват мрежата по изключително могъщ начин. Това е може би най-простата и лесна от всички техники за овладяване силата на ума и при все това тя влече след себе си главоуломни резултати. Трябва да имаме различни утвърждения, с които да работим всеки ден. И не е нужно само да ги казваме, можем да ги запишем на лист хартия, да ги вкараме в компютъра си, да ги диктуваме на себе си или дори да си ги тананикаме, ако искаме.

Имам песен, наречена „Песента на пробуждането“, която ми хрумна преди почти десет години. Внезапно зазвуча в мен и аз я запях. Пях я около двадесет минути без да спирам. Тя е с безброй

строфи и никога не се пее по един и същи начин. Казвам, че се пее сама, защото често така я чувствам. Понякога избирам строфите, но друг път изскачат такива неща, за които дори не съм мислил. Песента звучи с това, което имаме нужда да чуем. Винаги започва с: „Пробуждаме се във вибриращата матрица“. Думата матрица е латинска и означава „утроба“. Вибриращата матрица е утробата на енергийната мрежа, от която са се зародили всички неща. Тази начална строфа утвърждава единството

ни с матрицата и ни напомня, че се пробуждаме. Ще ви я изпея на адрес www.learnmindpower.com. Песента е много зареждаща и поучителна и отеква дълбоко във всеки, който я чуе. Тази песен е дар за нас. Изразяваме това, което е в сърцата ни, чрез песента и по този начин изтъкваме действителността си. Понякога пеем квантови истини отново и отново, а когато ги пеем те се превръщат в мелодични утвърждаващи куплети, които се запечатват в подсъзнанието. Пеем за истините си и за това, което искаме да се прояви и така изтъкваме мрежата. Това е изключително творчески подход за използване на утвържденията.

КВАНТОВА СИНХРОНИЗАЦИЯ

Можем да се синхронизираме с енергията, стига да помислим за това. Мисловността ни го позволява. Разберем ли основните принципи на физиката, можем да работим с енергията по този начин. Всичко, което искаме да проявим, независимо дали е свързано с финансов успех, влизане в университет, изцеление на болест, постигане на просветление, има своя енергийна вибрация, която създава тази действителност. Когато съзнанието ни е в синхрон с тази вибрация, ние осъществяваме контакт с нея. Енергийната мрежа съдържа енергийния подпис на всичко, от което се нуждаем или искаме. Тя е възприемчива и винаги готова да действа според нашите инструкции.

С помощта на квантова синхронизация, вибрираме с енергийните качества за успех, здраве, благоденствие, кураж или каквото изберем да създаваме за себе си. Свързваме се с вибрацията, източник на тези реалности. Задачата е лесна. Чрез въображението усещаме свързването с фундаменталната енергия, която създава. Свързваме се директно с енергийната мрежа. Когато използваме въображението си по този начин, това е истински начин за изтъкване на енергия. В състояние сме да го

направим, защото сме едно цяло с всичко и защото съзнанието насочва енергията. Квантовите ни способности ни го позволяват. Когато овладеем волята и въображението си, можем да се свързваме с всичко в системата на енергийната мрежа.

Ако сме болни, например, чрез квантово синхронизиране можем да достигнем до енергията на здравето като се концентрираме върху енергийната вибрация, която създава и поддържа цветущо здраве - не само в нас, а във всичко. Това е най-съществената част. Не се докосваме до собствената си енергия в опит да я засилим, а се свързваме и синхронизираме с архетипната енергия за здраве, която отеква Като вибрационен подпис в квантовото поле. Състоянието на цветущо здраве, независимо дали на дърво, кит или спортист във върхова форма има конкретен отзвук. В момента работим в измерението на квантовата действителност. Синхронизираме се с тази мрежова вибрация като просто мислим за нея. С помощта на въображението си (което е укрепнало чрез упражнения) позволяваме на тази вибрация да изпълни съзнанието ни и да нахлуе в тялото ни. Можем да избираме коя част от тялото ни се нуждае от лечение и да насочваме тази енергия, но дори това не е необходимо, тъй като самите вибрации ще я накарат по естествен път да намери областите, които имат нужда от внимание. Всъщност тя знае по-добре от нас, къде ще е най-полезна.

Можем да мислим за здравето като за силен лъв, който преследва плячката си, за мощно гигантско кедрово дърво, за енергичен шампион на върха на кариерата си, и да използваме тези примери като източници на енергия, с които да се синхронизираме. Техният заряд за здраве и сила, се пренася в нас по време на мисленото ни синхронизиране.

Ако работехме с Нютоновия модел, където всичко е отделно и независимо - така сетивата ни възприемат действителността - това, което предлагам, щеше да е невъзможно. Използването на тази техника щеше да е смехотворно и неползотворно, но за щастие светът, в който живеем, не е такъв. Живеем в квантов свят, в който нашата действителност не само ни позволява да вършим такива неща, а даже ни поощрява да осъществяваме такъв род взаимодействие. Способностите ни на квантови воители ни осигуряват достъп до мрежата по тези нови, революционни начини.

Ако искаме да привлечем финансов успех, чрез този метод ще се свържем с енергийната мрежа, приемайки, че сме едно цяло с

нея. След това се настройваме на една вълна с вибрационния отзвук от финансовото изобилие. Ще вибрираме с енергията на изобилието. Може да мислим за изключително успешни компании, пълни с таланти, високоплатени хора и да се свързваме с тази енергия, синхро-низирайки се с нея във въображението си. Може да мислим за филантропи, които раздават милиони долари или за успели предприемачи, художници и спортисти, които изкарват много пари, и да се свържем с енергията на финансовия им успех. Искам да бъде пределно ясен, не претендираме да бъдем тези хора или да живеем техния живот, по-скоро се свързваме с вибрационната честота, която поражда финансово изобилие. Това е архетипният енергиен модел, който вибрира из енергийната мрежа, с която се свързваме. С течение на практиката ще сме в състояние да се синхронизираме с която енергийна вибрация си пожелаем. Така привличаме към себе си хората, обстоятелствата и събитията, които са в синхрон с тази енергия. Както споделих в началото, точно този метод използвах, когато за първи път се синхронизирах с вибрацията на изобилието като отеквах с тази вибрация всеки път, когато имах тази възможност и привличах обстоятелствата, довели до успеха ми.

Взаимовръзката ни с енергийната мрежа е необходимо да е стабилна. Всъщност ние винаги сме свързани с енергийната мрежа и сме едно цяло с нея, но умът ни не го знае и смята, че сме две отделни части, върху което трябва поработим. Упражняваме се да се синхронизираме с мрежата, да почувстваме мощта и необятността ѝ, утвърждаваме нашето единство. Когато редовно се синхронизираме с мрежата по този начин, това ни свързва и осъзнаваме, че сме едно цяло. Сега разполагаме със средства за работа с енергията и съзнанието, които не сме имали преди.

Тази способност се развива с практиката. Тук на помощ ни идват упражненията. Размишляваме върху отзивчивостта на енергийната мрежа към нас. Оставяме ума си да мисли за квантовите принципи и усещаме връзката си с вселената, правим го стотици пъти. Да, стотици, дори хиляди пъти. Квантовата сила на ума е практика и за няколко месеца или години - човек никога не спира да се упражнява - изграждаме връзката си с мрежата, започва да ни се струва лесно да тъчем мисловни модели и да се свързваме с архетипната енергия по описаните начини. Ако не бяха тренировките и тези подготвителни упражнения, щеше да е ни трудно да си представим, че е възможно, но понеже сме тренирани, постигането на квантова синхронизация става съвсем

естествено. Това е йога за ума. Чрез ежедневни упражнения увеличаваме капацитета си за работа с мрежата. Започваме да се справяме без проблеми с това, което ни се струва трудно в началото, благодарение на многобройните повторения. Прилича на първите пъти, когато сме се учили да караме колело. В началото ни се струва невъзможно, но когато се научим, разбираме, че е лесно и никога не губим това умение. Същото важи за квантовата синхронизация. Най-голямата спънка пред нас е съмнението, че няма да успеем. С практиката ще открием, че е по-лесно, отколкото сме смятали, а постигнатите резултати ще говорят сами за себе си. Това е най-вълнуващото на тези моменти - намираме се пред прага на използването на енергията и съзнанието по нов и иновативен начин.

По-рано в тази глава ви разказах историята на Джим Кери, който си написва чек за десет милиона долара и пет години по-късно спечелва тази сума. Да беше толкова просто. Това, което не обясних напълно и което остана недоизказано, е колко труд и творческо вдъхновение са вложени в този успех. Нещата не са се случили за една нощ и са много по-дълбоки от това, че е пораздал мисли и е искал да му се случи. Кери усърдно е упражнявал уменията си на комедиант в стотици малки клубове из Северна Америка, изпробвайки номерата си и усъвършенствайки инстинктите си. Той е овладял визуалните средства първо чрез редовното си присъствие в телевизионната поредица „В жив цвят“ (*In Living Color*), а след това като филмов актьор. Тези творчески действия, в комбинация със силата на ума, са му дали възможността да осъществи мечтата си. Случило се е, защото Кери е знаел, че за да успее човек не трябва само да мисли за успех. Трябва да действа обмислено и да привлича обстоятелствата, които го доближават до целта. Ако искаме здраво тяло, повишение, милион долара, просветление или имаме някаква друга цел, е необходимо не просто да изтъчем мрежата чрез мислите си, а след това да застанем на едно място и да чакаме. Силата на ума изисква ежедневни действия. Например, ако искаме сериозна връзка, ще използваме техниките за силата на ума и ще виждаме и усе-щаме нещата така, сякаш вече имаме връзка. Ще действаме така, че да привлечем възможността да срещнем някого, като например посещение на нови курсове, социални мероприятия, сприятеляване с хора, които ни привличат, и т.н. Ще правим същото, ако искаме да спечелим спортно събитие. Ще мислим за победа и ще използваме техники за силата на ума. Също така ще действаме по начини, които да привлекат възможността да спечелим, включително ще

тренираме редовно, ще се храним здравословно, ще мерим сили с най-добрите състезатели и т.н.

Удивен съм, че някои хора мислят, че единствено и само благодарение на силата на ума ще постигнат целите си. Понякога при мен идват мои ученици или читатели и казват нещо от рода на: „Джон, правя упражненията ежедневно вече месец и нищо не се случва.“ Обикновено ги питам: „Какво друго правите?“ Често те замлъкват озадачено, сякаш упражненията за силата на ума сами по себе си са напълно достатъчни. Ще бъде съвсем ясен. Ако искаме да свалим десет килограма, но отказваме да се храним правилно, да тренираме и да променим вредните си навици, довели до наднорменото тегло, само утвържденията вероятно няма да помогнат. Ако искаме финансова независимост, но не си поставяме цели, не правим планове и не работим упорито за постигането им, може да визуализираме, каквото си поискаме, но най-вероятно няма да помръднем от сегашното си положение. Може би в някоя друга огледална на нашата действителност, която още не сме открили, е нужно само да се надяваме и да мислим за нещата и те ще се случват автоматично, но тук, в този свят, са необходими действия.

Целите са центърът, към който ни водят действията ни, и средствата, чрез които да постигнем успеха си. Целите не са неясни надежди или желания. Те са обекти с ясни очертания, обвързани с някакви времеви рамки. Без цели и крайни срокове не се постига нищо, тъй като нещата се отлагат и инерцията взема надмощие.

За постигането на дадена цел започваме с мисли за резултата и ясна представа какво точно искаме да постигнем като планираме и действаме според установените приоритети. Не бързаем, градим нещата ден след ден. Концентрираме се върху това, което можем да направим днес. Ежедневно предприемаме стъпки, които ни доближават все повече до целта. Знаем, че утрото ще бъде по-мъдро от вечерта и ще ни разкрие повече, а следващото утро още повече. Ден след ден, седмица след седмица, месец след месец ние се приканваме да даваме най-доброто от себе си. Подхранваме ясна представа за това какво искаме да постигнем и ежедневно работим в тази насока, като не позволяваме нищо да ни попречи. Волята ни е желязна като на воители и изтъкваме мрежата чрез мислите и действията си. Когато упорито и неотклонно следваме пътя, който ни води към реализиране на представата ни, това задейства могъщи и мистериозни магически сили.

ОТКРИВАНЕ НА СИНХРОНИЧНОСТ

Когато се осмелим да повярваме в квантовите възможности и започнем ежедневно да насочваме мислите и действията си в посока, която има смисъл за нас, силите на вселената ни се притичат на помощ. Съпровождат ни щастливи събития и случайности с дълбок подтекст. Привличаме от квантовия източник на неограничените възможности точните хора и обстоятелства, които са ни нужни на всеки етап от пътуването ни. Това не е магия или късмет. Така работи системата. Точно както паякът усеща и най-лекото помърдване в мрежата си, така енергийната мрежа реагира на вибрациите от случващото се в нея. Всяка промяна във вибрациите се улавя на момента. Нищо не остава незабелязано. Ние сме едно цяло с всичко и така откриваме синхроничността в живота си като разбираме и мислено се синхронизираме с тази връзка.

Карл Юнг⁷⁷ определя синхроничността като „съвпадение на две или повече събития с намесата на нещо повече от случайност". Синхроничност според Юнг са странните и необичайни срещи или събития в живота на човек, които на пръв поглед нямат никаква причинно-следствена връзка и въпреки това са от толкова голямо значение за човека, че е малко вероятно да са в резултат просто на случайност. Тези неща се случват с всички нас и обикновено ги приемаме за щастлива случайност, каквато те може и да са, но е възможно в тези моменти да действа нещо много по-дълбоко и значимо.

Колега на Юнг споделя, че колкото повече Юнг се е опирал на подсъзнанието си и му се е доверявал, толкова повече полза е извличал от него. *„Забелязах едно конкретно нещо, докато наблюдавах д-р Юнг - колкото повече остаряваше, толкова повече информация получаваше за това, върху което размишляваше или разработваше, информацията го преследваше."*⁷⁸

Веднъж когато Юнг работел над конкретна тема, един общо практикуващ лекар от Австралия му изпратил пълен набор от необходимите му материалите и пакетът пристигнал по пощата, тъкмо когато Юнг казал: „Сега ми трябва наблюдения върху този въпрос". Изрекъл думите и на вратата се почукало. Това са неща, които правят впечатление.

Юнг говори за този тип обстоятелства като за „магическа причинност". Той има сериозни подозрения, че източникът на тези случайности е в подсъзнанието и търси начин да убеди

научната общност в това, макар и той самият да не може да разбере принципа им на действие. Юнг е бил в течение с последните научни открития на своето време и е поддържал връзка с Нилс Бор и Алберт Айнщайн, но все пак най-експлозивните открития на квантовата физика тепърва предстоят. Днес, в двадесет и първи век, ние можем по-добре да си обясним защо синхроничността работи, макар и все още да ни се струва невероятно. Това е просто енергийната мрежа в действие.

Близка приятелка сподели с мен драматично събитие от младостта си, което е пример за синхроничност. По онова време тя е била тринадесетгодишно момиче, „изгарящо от мисълта за Бог“, както тя самата се определи. Пътувала всяка събота с автобуса „в търсене на Божии дела“. Смятала, че Бог я призовава да върши неговите дела по света и така всяка събота тя се отправяла на път в търсене на възможности. Пътувала с автобуса, докдето ѝ се струвало подходящо, като често са ѝ се случвали необикновени неща, но нищо не би могло да я подготви за събитията от тази конкретна събота. Пътувала с автобуса, когато внезапно почувствала силен подтик да слезе веднага. Срещу автобусната спирка имало хотел и тя се запътила към бара му без да знае защо. В Канада е забранено на лица под деветнадесет години да посещават барове, а с нейните тринадесет тя изглеждала много малка и въпреки това никой не я спрял и не ѝ казал нищо, въпреки че един сервитьор погледнал право към нея. „Сякаш бях невидима“, казва тя, спомняйки си за инцидента. По неведоми причини се приближила към жена, която седяла сама на една маса, и седнала до нея. *„Бог ме изпраща да ти кажа, че той те обича и че не си сама“*, произнесла тя сякаш думите не идвали от нея. Нямала представа защо казала точно това или каква щяла да бъде реакцията на жената. Жената просто седяла, втренчила в нея невярващи очи в продължение на няколко секунди и след това избухнала в сълзи.

77 Carl G. Jung, *Synchronicity: An Acausal Connecting Principle* (Princeton: Princeton University Press, 1969). 78 Смятам, че това е бил Ира Прогоф, който е прекарал много време с Юнг. До момента на публикуване на книгата обаче не успях да намеря точния източник.

„Вчера си купих пистолет“, казала и продължила да описва ужасяващите обстоятелства, при които се налагало да живее, колко безнадеждна и сама се чувствала. *„Този следобед в един часа си казах: „Ако Бог не ми даде някакъв знак или надежда през следващия един час, ще сложа край на живота си.“* Двете погледнали към часовника - показвал два без десет. След десет

минути тя възнамерявала да се качи по порутените стълби на хотела до стаята си и да се самоубие. Двете се прегърнали, след това приятелката ми си тръгнала и никога повече не видяла жената отново.

Как е могло това странно събитие да се случи? Очевидно става дума за нещо повече от късмет или съвпадение. Квантовата теория за взаимосвързаността го обяснява. Всички ние сме част от една и съща вибрираща матрица и няма причина да се съмняваме в това, като при необикновени обстоятелства ставаме част от събития, причините за които надхвърлят нашето разбиране. Някак отчаянието на тази жена и намерението на младото момиче да върши добро са съвпаднали и двете са се привлекли. Вселената работи така и разполага с много повече способности, отколкото предполагахме.

Джийн Хюстън, психолог и автор на книги, разказва за разговора си със светилото в антропологията Марга-рет Мийд. Тя забелязва, че Мийд се радва на необикновено много щастливи моменти. Сякаш винаги е на точното място в точното време. Един ден Джийн обсъжда това с Мийд. „Ти си благословена“, казва ѝ тя.

„Да, знам“, отговаря ѝ Мийд.

„Как така?“, продължава с въпросите Хюстън.

Маргарет Мийд я поглежда за момент и рязко отговаря: „Защото го очаквам.“⁷⁹

Възможно ли е да е толкова просто?

Авторът на романи Съмърсет Моъм го е казал по друг начин: „Най-забавното в живота е, че когато отказваш да приемеш нещо друго, освен най-доброто, много често получаваш именно него.“⁸⁰

Срещата ми с ментора ми по слушане, Ани, беше пример за синхроничност, която промени траекторията на живота ми, но ще ви разкажа тази история по-нататък в книгата. Преживявал съм много такива събития, както и повечето от нас, и колкото по-силна е вярата ни в тях, толкова по често ни се случват. Откриваме синхроничност чрез вярата си в отворената динамична вселена, където всичко е възможно, където мислите и желанията ни се чуват и върху тях се работи. Ученият и автор на книги Джоузеф Кемпбъл казва: „... хиляда невидими протегнати към нас ръце“⁸¹ ни се притичат на помощ, когато се захванем с нещо, в

което влагаме страст. Възможно ли е? Гъотено определено е смятал така. Негови са думите: „Способни и дейни човече, прави така, че да го заслужиш и очаквай: от великите - милост, от силните - покровителство, от дейните и добрите - подкрепа, от тълпата - симпатия, от отделната личност - любов.“⁸² Стремителната му кариера в съда в един германски град подкрепя това му убеждение. spiralata.net

Когато приемем, че сме едно цяло с всичко останало, откриваме синхроничността в живота си като просто сме себе си. Мислите, убежденията и действията ни отекват в енергийната мрежа, като привличат към нас най-невероятните обстоятелства. В минутата, когато приемем помощта на този „невидим сътрудник“, ще го привлечем във всички области на живота си. Ще черпим от видимото и невидимото, от понятното и непонятното. Ще ни се случват изумителни неща.



8.

ПОДСЪЗНАНИЕТО

Подсъзнанието е тази част от нас, която е във връзка с всичко съществуващо.

Силвия Бак⁸³

При еволюцията ние сме получили два вида ум, а не един. Както изглежда един не ни е достатъчен за отреденото ни от съдбата. Тези два вида ум доста се различават един от друг, но са така

⁷⁹ Уъркшоп „Тайнствената мъдрост“, представен от Джийн Хюстън във Вашингтон, 2003.

⁸⁰ . <http://writerspages.net>

⁸¹ Joseph Campbell and Bill Moyers, *The Power of Myth* (New York: Doubleday, 1988). ⁸²

Johann W. V. Goethe, *Maxims and Reflections of Goethe* (New York: TheMacMillan Company, 1906). 83 Силвия Бак е режисьор и мистик. Освен това тя е моята съпруга. Повечето сутрини ние стоим в стаята си и наблюдаваме океана и планините, разговаряйки поне един час преди да започнем деня си. По време на един от нашите разговори тя каза нещото, което се превърна в цитат за началото на тази глава. Аз веднага го записах, защото помислих, че е едно от най-добрите описания на подсъзнанието, което бях чувал. Всъщност именно в сутрините, когато тя е вдъхновена, аз се превръщам в това, което Силвия нарича „записвача“, отбелязващ старателно нейните думи.

проектирани, че да се допълват и да работят съвместно. Това обаче рядко се случва и този пропуск е една от причините за житейските ни проблеми. Рядко подаваме мисли към подсъзнанието си, а още по-рядко работим с него по творчески начин. Както един мой добър приятел каза веднъж:
„Отношенията ми с моето подсъзнание са много подобни на отношенията ми с черния ми дроб. Знам, че е там и това е всичко.“

Трябва да си върнем подсъзнанието и да го накараме да работи за нас по начина, за който е създадено. Подсъзнателният ни ум е необикновена част от това, което сме, и ще ни е от огромна полза, когато започнем да работим по-задълбочено с него. Преимуществовата от съвместната работа на съзнателния и подсъзнателния ум стават очевидни, когато навлизаме все по-навътре в себе си. Под-съзнанието е средството, чрез което проявяваме действителността си. Изведнъж започва да ни се струва нелепо, че сме пренебрегвали тази част от себе си.

Първото митично звание на подсъзнанието е Притежател на моделите. Съзнанието, ако си спомняте, е Тъкач на моделите. Приликата между тези две звания е показателна за съвместната работа на съзнание и подсъзнание. Съзнателният ни ум изтъква мисловни модели, а подсъзнателният ни ум получава и запазва тези модели като вибрационни отпечатьци и става техен притежател. Съзнанието запечатва модели в подсъзнанието чрез ежедневни повторения. Това още веднъж подчертава важноста на повторенията.

Второто звание на подсъзнанието е Предавател към мрежата. Мисловните модели в подсъзнанието вибрират с посланията си ден и нощ. Те се предават към мрежата чрез вибрационни сигнали. Вибрациите са езикът на вселената, а подсъзнанието и енергийната мрежа поддържат постоянна връзка помежду си чрез това средство.

Както споменах по-рано, в кабалистичните учения всеки човек се приема за микрокосмос на макрокосмоса, за умалена вселена. Според Кабала, подсъзнанието и енергийната мрежа изпълняват

една и съща функция и са обединени в обща сфера на действие, наречена *Йесод*. Когато става дума за нас, *Йесод* е подсъзнанието, а когато говорим за вселената, *Йесод* е енергийната мрежа.

Размишлението върху начина на функциониране на *Йесод* води до това, което кабалистите наричат „Представа за механизмите на вселената“. Когато разберем уникалната връзка, съществуваща между подсъзнанието и енергийната мрежа, определено придобиваме представа за това как работи вселената. Необикновеното проникновение до същността на действителността ни разкрива как да използваме тази връзка, за да създаваме каквото пожелаем. Методът е кристално ясен: просто на подсъзнателно ниво създаваме ясни мисловни модели на ситуациите, които искаме да проявим. Ежедневното повторение на тези образи пренася моделите в подсъзнанието ни. Това става автоматично без да се налага да насочваме процеса или да мислим за него. След като моделите достигнат и пуснат котва в подсъзнанието ни, то предава тези образи на цялата енергийна мрежа.

Енергийната мрежа и подсъзнанието си приличат в много отношения. Подсъзнанието работи в нас по същия начин, по който енергийната мрежа във вселената. И двете са така проектирани, че да са податливи на влияние и информация, постъпващи към тях. Подсъзнанието приема модели от съзнателния ум, а енергийната мрежа приема модели от подсъзнанието. Когато енергийната мрежа получи инструкции от подсъзнанието, тя вибрира с тези „енергийни“ сигнали из цялата система и те биват улавяни от трилионите връзки в мрежата. Не всички откликват, а само тези, които се чувстват вибрационно „призовани да действат“ (по начини, които никой от нас не разбира напълно). Те задействат процес, при който обстоятелства, хора и възможности се появяват в живота ни.

Каквото и да искаме да създадем в живота си, най-важната ни стъпка е да подадем на подсъзнанието си съвсем ясен модел, по който да работи. Трябва ежедневно да размишляваме върху връзката между подсъзнанието и енергийната мрежа и по този начин, когато започнем да разбираме нещата, ще имаме ясна картина за разгръщащата се действителност. Когато задълбочаваме разбира-нето си за подсъзнанието, задълбочаваме разбирането си за енергийната мрежа и обратното. Размислете за едно от тях, ни водят към прозрение за другото, а чрез съчетаване на прозренията стигаме до ценното познание за „механизмите на вселената“.

Любопитен факт за нашето подсъзнание е, че не разграничава действителното от въображаемото. Отначало на човек може да му се стори, че това е огромен дефект в подсъзнанието, но всъщност не е така. То е специално проектирано по този начин, за да получава модели и да работи с тях без да ги подлага на съмнение, което има невероятен ефект. Когато правим упражнение за силата на ума, като визуализациите например, съзнанието ни е наясно, че тази визуализация е наш продукт и не е „действителна“ в абсолютния смисъл на думата, но подсъзнанието не е. То приема тези образи безрезервно и когато започнат да се повтарят отново и отново, те биват програмирани в него.

Не са проведени достатъчно научни експерименти относно потенциала на подсъзнанието. Изучаването на тази мистериозна част от нас е било задача на психолози и мистици. Все пак има един експеримент с хора с ампутирани крайници, при които се наблюдава „синдром на крайника фантом“. Той е показателен за способностите на подсъзнанието ни.

Хората, претърпели ампутация, често докладват за болка в крайниците фантоми поради невъзможността им да помръднат или да въздействат на въпросния крайник. И въпреки че някои може да махнат с ръка и да кажат, че е „само в ума им“, това е истински проблем за онези, които го преживяват. Изследователите, в стремежа си да намерят начин да помогнат на лица с такъв тип болка, създават специален апарат, с който да изиграят подсъзнанието. Те изобретяват подобна на кутия конструкция, в която човек може да пхне двете си ръце през отвори. От едната страна кутията е отворена, а от другата страна е поставено огледало пред отвора. Пациентите вкарват здравата си ръка от тази страна на кутията, където могат да я виждат, а ампутираната ръка - в отвора зад огледалото. Когато раздвижи здравата си ръка, пациентът вижда как тя мърда, а когато погледне към ампутираната ръка, скрита зад огледалото, вижда огледалния образ на мърдащата си ръка, което създава у него впечатленото, че движи ръката си фантом. Е, съзнанието знае, че това е постановка, но подсъзнанието приема този образ, приема, че ръката наистина се движи. Невероятно, но за няколко седмици на редовни тренировки, повечето пациенти съобщават, че болката в ръката фантом е намаляла или изчезнала.⁸⁴ Скоро подобни техники ще се прилагат и при пациенти с удар, както и при рехабилитацията на пациенти с друг вид физически недъзи.

Още една поразителна разлика между двата вида ум е, че

докато съзнанието е Попечителят на волята, подсъзнанието не притежава собствена воля и желания. То е пасивно и механично реагира на това, което получава според моделите, които вече притежава. Всъщност може да се каже, че цялата сила на ума се базира на податливостта на подсъзнанието на внушение и инструкции. Подсъзнанието не избира моделите, с които да вибрира, нито е в състояние да цензурира информацията, която получава от съзнанието. Както невроните се свързват заради постоянния поток, така подсъзнанието приема съдържанието, доставено му чрез повторенията. Темите, които често занимават съзнанието, независимо дали позитивни или негативни, се превръщат във вибрационен модел, който подсъзнанието предава на мрежата. Тази вибрация се превръща в наш личен енергиен подпис, чрез който биваме разпознавани. Най-дълбоките ни надежди, страхове и копнежи не са тайни, прошепнати само на себе си, а отекващи вибрации, разпространяващи се из цялата енергийна мрежа. А тя познава и най-тъмните ни кътчета. Във вселената няма тайни.

ВИБАЦИЯ НА УСПЕХА

Третото митично звание на подсъзнанието е Машина за успех. Някои може да заявят, че със същия успех можем да наречем подсъзнанието машината за нашия неуспех и това също ще е вярно, тъй като то вибрира с моделите, които таим в себе си. Все пак избираме да го наричаме машина за успех и давайки му това звание, вибрираме с това намерение. Също така смазваме редовно машината с мисли за успех. Ежедневно изтъкваме мисловни модели, които точно отразяват представата ни за това, което искаме да проявим. Подсъзнанието ни е нашият партньор в успеха и от нас зависи да му помагаме с всички възможни средства. Съзнанието изтъква моделите, а подсъзнанието ги предава към мрежата. Така работи системата.

Наш дълг като воини е да преследваме целите, значителни и незначителни, които си поставяме. Независимо дали става дума за това да помогнем на детето с домашното, да сготвим вкусно ястие, да сключим успешна бизнес сделка, да тренираме ума си или да се пробудим, нашето призвание е да даваме най-доброто от себе си във всяка ситуация, за да постигаме успехи. Всъщност ние вече сме постигнали сериозен успех в много области, просто сме забравили да оценим това. Трябва да признаваме и оценяваме уменията си да успяваме с дребните неща, както и с големите, защото по този начин изграждаме в себе си вибрация на успеха.

Когато се смятаме за успели, „пълним резервоара“ на машината си с вибрации на успеха. Когато се смятаме за неудачници, безволеви и недостойни хора, изпращаме към подсъзнанието си погрешните послания. Подсъзнанието ни има нужда от нашето активно съдействие. То не може да е машината ни за успех, ако не го захранваме с мисли за успех. Като квантови воители носим отговорност не само за действията, но и за мислите си. Ние сме отговорни за изтъкването на мисли за успех, за да има подсъзнанието модели, с които да работи. Наясно сме с връзката между съзнанието и подсъзнанието,

84 Doidge 179-188

както и с връзката между подсъзнанието и енергийната мрежа. Точно разбирането на тези връзки, е водещо за нас в ежедневните ни упражнения.

Всички носим закодиран в себе си стремеж към успеха и макар всеки да го разбира по различен начин, желанието да успеем е еднакво при всички ни. Просто е в природата ни. Фактът, че всеки се ражда с този непреодолим стремеж, трябва да ни насочи към смисъла и целта на живота ни. Вселената ни е програмирала и настроила за успех. Вселената намира своя творчески израз чрез успеха на всеки отделен индивид. За съжаление консуматорската култура, която ни залива, е объркала представите ни. На мнение сме, че човек трябва да притежава много вещи, за да е успял. Трупането на разни неща никога няма да ни направи успешни личности, дори и те да са луксозни коли, яхти и имения. Като воители, определяме успеха си по по-всеобхватен начин, който отразява общата представа относно това какво означава човекът да бъде човек. Трябва да преминем отвъд бариерата на материалните неща и да помислим за характери, ценности, почтеност, как да сме от полза на другите, и да включим тези нематериални страни в представата ни за успеха. Трябва сериозно да преосмислим основните си ценности, кое е важно за нас, как искаме да живеем живота си и какви искаме да бъдем. Докато не го направим, ще се объркваме, желаяйки всичко и никога няма да се почувстваме удовлетворени, защото винаги ще има още нещо, което да искаме, независимо колко имаме вече.

СВЕТЛА СЯНКА - ТЪМНА СЯНКА: ИЗСЛЕДВАНЕ НА ПОДСЪЗНАНИЕТО

Юнг за първи път използва думата „сянка“ при описанието на мистериозното подсъзнание. За нас е истинско щастие, че имаме откритията и писанията на тези преди нас. Стъпваме на раменете на предците си и така сме способни да изследваме места, до които не бихме могли да стигнем сами. В митологията на войната възприемаме схващането за сянката и го доразвиваме до светла и тъмна сянка. Макар и някои юнгианови психолози с традиционни възгледи да възразят срещу тази ни волност, тя има своите преимущества. Позволява ни да разгледаме двете страни на нашата сянка и да подходим към тях по различен начин. Накрая ефективността на всеки модел ще бъде преценена в ежедневието и нашият воински модел ще издържи този тест.

Сянката е всичко подсъзнателно, неразвито или отречено в нас. Тя е това, което поетът Робърт Блай нарича “дългата черна чанта”, която носим навсякъде с нас. Чантата е черна, защото съдържанието не се вижда от съзнателния ум, и дълга, защото е побрала всичко, което сме.

Моделите на сянката са динамични фактори, които не зависят от съзнателните ни намерения. Често ни изненадват, като ни връхлитат под формата на емоции, настроения, сънища, страхове и желания, като действията им са целенасочени и решителни. Това се случва, защото подсъзнанието, макар и да няма воля, има конкретни разпореждания, които следва. То трябва и ще вибрира с моделите, които притежава, като изтъква мрежата с наличната информация, независимо каква е тя. Целта на работата със сянката е опознаване и разбиране на динамичните функции, които действат в нас на, подсъзнателно ниво. Наричаме този процес „лична археология“. Това е детективска работа за изследване на живота ни като стремежът ни е да открием подлежащите модели, които често при повърхностен оглед ни се струват безсмислени. Всъщност не познаваме повечето си модели. А това е факт, който трябва да вземем предвид, тъй като в неизследвания свят на сенките съществуват много загадки.

СВЕТЛАТА СЯНКА

Светлата сянка съдържа нереализирания ни добър потенциал, части от нас, които все още не сме оползотворили. Това са дарбите, талантите и неоткритите способности, които притежаваме и които обаче лежат някъде - стаени и неизползвани. Тъй като сме холографско късче от цялата структура на вселената, всичко, което е възможно, добро, чудесно, потенциално е част от светлата ни сянка. Така е на

теория, но на практика някои неща са по-лесно достъпни за нас от други. Не можем да използваме всички таланти и дарби във вселената, поне не и в този живот. Някои са разположени по-надълбоко, докато други са почти на повърхността и като мънички семенца очакват нашето напоително внимание, което да им даде нужната енергия, за да се покажат.

Светлата ни сянка се разкрива, когато следваме щастието си, природните си таланти, радостите и творческия си порив, когато се оставим тези части от нас да ни водят, накъдето поискат. Когато се доверяваме и правим това, което ни е забавно и приятно, то ни отвежда до светлата ни сянка. Всичко, което ни интригува, има смисъл за нас. Работата със сянката не е логична, а интуитивна. При тази дейност вървим нататък, накъдето *чувстваме*, че трябва, а не накъдето *мислим*, че трябва. При работата със сянката чувствата ни водят, а логиката ги следва. Когато поемем по този път, ни изпълва въодушевление, каквото не сме изпитвали досега.

Силите на еволюцията искат да протегнем ръка и да усетим светлата сянка. Вселената ни окуражава да се възвисим и да бъдем талантлив, озарен и удивителен. Когато разкрием скрития си потенциал, облагодетелстваме не само себе си като се възвисяваме, но възвисяваме и облагодетелстваме цялото. Веднъж пробудени, тези таланти изтъкават мрежата с новите ни способности като влекат след себе си блага, прозрения и дарове за много хора. Космическото ни съзнание, спящо в нас, ни призовава да се издигнем над това, което сме, и да реализираме скритите си способности.

Има библейско писание, което засяга този въпрос: „Защото ще стане, както когато един човек при тръгването си за чужбина свика своите слуги и им предаде имота си. На един даде пет таланта, на друг - два, на трети - един..." Тази притча продължава и описва как слугата, който получил пет таланта (библейска монета), търгувал и увеличил петте таланта на десет. Този с двата таланта направил същото и накрая имал четири, а този, който получил само един талант се уплашил, че ще го загуби, затова го заровил и не го използвал въобще. Когато господарят се върнал от пътуването си и поискал да му разкажат какво са направили, останал много доволен от първите двама, които използвали талантите си и ги удвоили. Те били възнаградени за постъпката си: *„Хубаво, добър и верен слуга! Над малкото си бил верен, над многото ще те поставя.“* Но господарят бил много недоволен от слугата, който не направил нищо и го прогонил.⁸⁵

Посланието е ясно. От нас се иска да увеличаваме това, което имаме, а не да стоим на едно ниво. Енергийната мрежа ни възнаграждава, когато пробудим светлата си сянка и тя ни дава своите плодове и осветява целия свят. Когато поемем инициативата да достигнем до светлата си сянка, ние биваме възнаграждавани на всяка крачка от пътя, тъй като внедряването на светлата сянка в живота ни, ни прави завършени личности.

ТЪМНАТА СЯНКА

Тъмната сянка съдържа тези наши части, които често са разрушителни, спъват ни и водят до проблеми. Всичко несъзнателно, което живее в нас, с което буквално делим живота си, трябва да бъде проучено и разбрано. Затова работата със сянката е толкова важна. Често точно някои наши подсъзнателни убеждения ни карат да затъваме все по-дълбоко в дадени проблемни сфери от живота си.

Тъмната сянка съдържа скрити модели, които често поглъщат огромно количество от енергията ни и ни карат да се чувстваме изцедени, разтревожени, разгневени и да се оставяме на милостта на сили, които не разбираме. Понякога се държим нелогично и непродуктивно. Тъй като са на подсъзнателно ниво, тези тъмни убеждения остават скрити за нас, но определено виждаме и усещаме ефекта от тях в живота си.

Юнг казва: *„Всеки носи сянка... тя представлява едно несъзнавано препятствие, което осуetyа нашите най-добри намерения.“* Един човек, практикуващ юнгианска психология, веднъж ми каза: *„Ако ние не станем господари на сянката си, тя става наш господар.“*

Моделите са скрити отпечатъци на подсъзнанието. Повечето от нас поддържат модели за живота си, които не се подчиняват на логиката, но колкото и да се стремим да ги променим, те сякаш притежават своя собствена сила, с която смазват и най-добрите ни намерения. Постигахме успех в някои области на живота, но в други, колкото и да се стараем, успехът не идва. Защо е така? В повечето случаи обяснението е, че таим подсъзнателни убеждения, които подкопават намеренията и желанията ни. Ето един важен факт от квантовата ни действителност, който трябва да разберем: когато желанията ни са в конфликт с подсъзнателните убеждения, винаги печелят подсъзнателните убеждения. Поради тази причина често дори най-главните цели в живота ни не се проявяват - желаното от нас бива смачквано от

това, в което вярваме на подсъзнателно ниво.

Нашите модели от убеждения имат по-голяма сила от желанията ни. Поради тази причина в една от предишните глави подчертах важността от установяването на базови убеждения. Подсъзнателните такива непрекъснато влияят върху живота ни независимо дали го осъзнаваме или не. Макар и често да не знаем за убежденията, обитаващи подсъзнанието ни, обикновено разпознаваме лошо функциониращите модели в живота си и от тях съдим за нещата, които са в сянка. Подсъзнателните модели в повечето случаи са рутинни, така че ги откриваме като извършваме лична археология.

Искам да споделя с вас един мой минал модел, който над двадесет години е бил част от тъмната ми сянка. Когато бях около двадесет годишен имах модел за прекъсване на връзките си. Беше много странно, тъй като не слагах край на връзките, когато нещата не вървяха, а напротив, когато всичко

85 Евангелие на Матей 25:14-30

беше наред. Това се повтаряше отново и отново. Един ден, вече четиридесет и пет годишен, докато правех упражнение за холотропно дишане, подсъзнанието ми разкри нещо поразително. От нищото (моето подсъзнание) в ума ми се появи мисълта: „Майка ми не ме е оставила, защото „не съм бил достатъчно добър.“

„Ама че странна мисъл“ казах си, „Тя въобще не ме е оставяла.“

Малко допълнителна информация: когато бях на тринадесет майка ми се удави. Беше ми много тежко, но се справих, доколкото можах, и изглеждаше, че не ми е оставило никакви трайни последици. Станах уверен, успял, спокоен човек, който се радва на живота, но с малко необичаен модел за връзките си. Ето ме сега на четиридесет... и изведнъж ми проблесна: подсъзнанието ми е изтъкувало удавянето на майка ми така сякаш си е тръгнала и ме е оставила, което символично е вярно, и е стигнало да заключението (погрешно), че ме е напуснала, защото не съм бил достатъчно добър. Тук идва интересната част. Подсъзнанието, в опит да ме предпази, е решило, че е опасно да обичаш жените и за да не бъда наранен отново, ме е карало да прекъсвам връзките си, когато станат твърде сериозни. Обърнете внимание, че казвам, че подсъзнанието е взело това решение,

защото това не бе осъзнато от мен до онзи конкретен момент. Изведнъж разбрах съвсем ясно защо си тръгвах и прекъсвах отношенията си. След като разбрах какво е създало подсъзнанието ми в мен, то вече не беше в сянка. Този модел от убеждения все още съществуваше, но вече знаех, че е там и можех да работя над него.

Мнозина може би помнят приказката на Братя Грим „Румпелшилцхен“ (или известна още като „Стори-па-кост“). В тази история героинята сключва сделка със зло човече на име Румпелшилцхен (Стори-пакост) да му предаде първородното си дете, като единственият начин да не изпълни дадената дума е, ако познае името му което тя не знае. Тя опитва много пъти безуспешно да налучка името, но накрая един пратеник ѝ го разкрива. В момента, когато тя произнесе Румпелшилцхен пред човечето, то губи власт над нея и тя е свободна да продължи живота си, както иска.

Често приказките съдържат психологически истини, а тази представя властта на черната сянка над нас, но както и героинята в нея, след като разпознаем и назовем сянката, се освобождаваме от властта ѝ.

Сега когато убеждението ми от тъмната сянка ми е известно, то вече няма неосъзнат контрол над мен. Все още оказва своето влияние и трябва да бъде променено, но това е лесната част. Веднага започнах да препрограмирам нов набор от убеждения за връзките и жената, която искам да привлека. Нямах и капка съмнение, че исках да привлека много специална жена. Връзката ми с мрежата на този етап от живота ми беше добре установена и желанието ми беше ясно. Единственият въпрос бе каква да бъде?

Започнах да програмирам ума си за жена, която да притежава три основни качества, считани от мен за много важни за бъдещата си партньорка, така наречените от мен три „с“. Започнах да си представям жена - способна, секси и съзнаваща. Около шест месеца по-късно срещнах най-невероятната жена, която бе способна, секси и съзнаваща, която притежаваше и нещо повече от трите „с“ които си представях. Имаше две допълнителни „с“ и така станаха общо пет. Беше способна, секси, съзнаваща, съвършена, а последното „с“ искрено ме разсмя. Името ѝ беше Силвия. Когато разбирате начина, по който подсъзнанието работи, можете да си представите колко ми беше забавен фактът, че името ѝ също започваше с буквата „с“. Но така работи то. Концентрирало се бе върху частта със буквата „с“,

защото върху това бях се концентрирал и аз (преценявам го сега, тогава не го осъзнавах), и даже ми даде две допълнителни „с“. Естествено този път не се налагаше да бягам, защото старото убеждение на сянката (че връзките са несигурни и опасни) бе заменено с нови и сега, почти двадесет години по-късно, ние сме щастливо женени и аз съм по-влюбен в жена си сега, отколкото в деня на сватбата ни. Ако обаче не бях открил и поправил този модел, това никога нямаше да се случи.

Наскоро интервюирах жена, която искаше да участва в петдневната ми Програма за пробуждане. По време на интервюто тя ми разказа история, която отново набляга на това колко е важно подсъзнанието да получава точни, недвусмислени инструкции. Тя е била инженер механик и е искала да прояви много пари, така че е започнала да подава следното утвърждение на подсъзнанието си: „Ис-кам през ръцете ми да преминават много, много пари.“ Повтаряло си го е като ежедневна мантра в продължение на четири месеца.

След тези четири месеца нещата не потръгнали. Даже загубила работата си преди да си е намерила нова. Но пък естеството на новата ѝ работа е свършено точно отражение на нейното утвърждение, макар и не по начина, по който е искала. Сега работи за правителството и контролира печатането на националната валута. Буквално през ръцете ѝ минават много пари. „Не е това, което очаквах“, казва тя със смях, но това е още е едно доказателство за начина на работа на подсъзнанието.

Тези примери хвърлят още светлина върху това защо митичното звание на съзнанието е Пазител на портите на подсъзнанието. Сега, когато разбираме огромната мощ на моделите, които отекват в подсъзнанието ни, осъзнаваме защо е толкова важно да сме бдителни и да допускаме само най-добрите и окриляващи убеждения до тази машина за проявяване.

КРИЗА НА СЯНКАТА И ИГРА НА СЯНКАТА

Бях щастливец в това, че моделът на сянката в прекратяването на връзките ми се представи по толкова очевиден начин. Не винаги се случва толкова лесно. Но се случва, когато изследваме живота си, наблюдаваме моделите в него и желаем да свършим необходимата вътрешна работа. Работата със сянката винаги ни носи полза, а нашите сенчести части винаги се стремят да влязат в контакт. Ние обаче често не желаем да се занимаваме с тази работа, да се срещнем със самите себе си, да направим

необходимите промени. Често се случва така, че се обръщаме към сянката си само когато някое нещастие или трагедия ни принудят да търсим отговори, които не можем да намерим на повърхностно ниво. Ето защо личностните кризи са толкова значими - по време на съпътстващите ги вълнения и светлата, и тъмната ни сянка се появяват и разгръщат себе си. Това се случва, ако имаме желанието да се обърнем честно към себе си, но обикновено първата ни реакция по време на криза е различна. Най-често търсим бързо решение на проблема, за да можем да се върнем към нормалното протичане на нещата, с което сме свикнали. Но идеята на една житейска криза не е просто да се върнем към нещата, които вече са ни познати. Целта на възникване на криза на сянката е повикът за промяна. Необходимо е нещо ново е да бъде родено или нещо старо да бъде пожертвано. Работата със сянката винаги означава раждане или смърт. Когато се появи кризата, е редно да се запитаме какво е необходимо да бъде променено? Как мога да променя енергията на тази ситуация? При работата със сянката са нужни истински житейски промени. По този начин играем играта на сянката - питаме себе си какво е нужно да се роди (да се осъществи) или да бъде убито (променено или елиминирано). Винаги е нужно да направим някаква жертва.

Жертвата често не се разбира по правилния начин. Може да звучи неприятно, но жертвата е просто размяна на енергия. Например, жертваме петнадесет долара, за да отидем на кино. Жертваме това да гледаме телевизия или да играем на видео игри, за да тренираме във фитнес салона и да влезем във форма. Жертвата позволява на енергията да бъде пренасочена към нещо друго. Не бива да оставаме неосведомени за онова, което е необходимо, за да пропътуваме пътя на сянката. Необходимо е да имаме волята да изхвърлим всичко, което вече не ни служи.

Често жертваме неподходящи желания или поведения и това ни носи голяма полза. Понякога жертваме мързела или самосъжалението си, а може би дори и амбицията си, за да продължим напред. Жертваме старите убеждения, нефункциониращите навици и други наши аспекти, които не ни обслужват. Новият начин на живот заема мястото на стария и приоритетите ни се променят. Играта на сянката е като танц, при който се движим по целия дансинг, напред и назад, отново и отново. Движението не е права линия, водеща до ясна дестилация. То не е логично и често може да доведе разума дори до побъркване, но именно затова другите наши части ни идват на помощ. Ние чувстваме, предполагаме, усещаме интуитивно и

прекарване известно време в незнание преди в крайна сметка да разберем какво се случва, но винаги получаваме награда за усилията си. Появата на светлата и на тъмната сянка винаги е позитивно събитие в живота ни, което е необходимо да приветстваме. Това е начин да опознаем истински себе си. То ни води в посоката, в която е замислено да отидем, и ние се сливаме с движението, доверявайки се на непознатото течение.

КОЛЕКТИВНОТО НЕСЪЗНАВАНО

Сега започваме да разкриваме дори по-дълбоко загадката на същността си. Вече не е достатъчно да разбираме само собственото си подсъзнание. Нужно е да разберем, че в нас затихват и се надигат вълните на колективното несъзнавано. То е едно огромно море от информация, което включва колективните модели за всичко, което някога се е случило в пространството и времето. То съдържа и архетипни сили и автентични модели, произлезли от началото на времето.

В книгите на Карлос Кастанеда чародеецът Дон Хуан обяснява този принцип по великолепен начин на своя ученик Карлос. Той нарежда на Карлос да сложи различни обекти на една маса, която се намирала навън, и му казва, че всеки един от обектите олицетворява различните предпочитания, навици и начини на мислене на Карлос. Това, което е върху масата, представлява съзнанието му. След това Дон Хуан казва на Карлос да погледне под масата и да види какво им под нея. Това, което се намирало под масата, представлява подсъзнанието, и Дон Хуан съветва Карлос да търси, знае и разбира съдържанието именно на това пространство.

Напътстван от Дон Хуан, Карлос преминава значителното разстояние до един хълм, обръща се и поглежда надолу към малката маса, която сега е доста отдалечена. На Карлос се казва да отклони поглед от масата и да погледне във всички посоки, да види необятността на тази реалност в сравнение с малката маса и това, което е под нея. Карлос разбира, че именно това представлява колективното несъзнавано.

Идеята, която се представя на Карлос, е необятността на колективното несъзнавано, и чрез използването на аналогия той започва да разбира, че колективното несъзнавано съществува навсякъде, че той самият е част от нещо безкрайно по-велико от всичко, което би могъл да предположи. Въпросът вече не е да вижда и разбира какво има върху масата или под нея, а по-скоро

Именно в колективното несъзнавано се намират архетипните модели на човешкия опит. Да си представяме, че не се влияем от движението на колективното несъзнавано, означава да живеем в илюзия. То винаги работи, повлиява ни по множество начини и винаги е нужно да имаме предвид това във великата схема на нещата.

Широко прието е, че архетипните модели на алчността, омразата, срама, състраданието, мъдростта, самосъжалението, арогантността и т.н., са вплетени в колективното несъзнавано чрез повтаряни мисловни модели на хората, които ги излъчват от началото на съществуването на човешкия род, и това е напълно възможно. Друга възможност, колкото и невероятно да звучи тя, е това, че тези архетипни модели винаги са съществували, и са създадени да бъдат част от играта. Те са вплетени в мрежата от самото начало на времето със специфичната цел едновременно да ни възпрепятстват и да ни помагат по своите уникални начини. Ако това измерение на пространство и време е само една от игрите в метавселената, в която вероятно има милиарди игри, тогава не е безсмислено вселената да по-желае да „провери“ способностите на нашия вид, да види доколко добре можем да се справим с тези аспекти преди да сме готови да продължим напред. Когато погледнем от тази гледна точка, архетипите стават далеч по-интересни, и тази перспектива ни дава средствата за разбиране и работа с архетипите по множество различни начини. Но независимо от това как те се появяват, чрез еволюция или из-начално, фактът си остава, че тези архетипи понастоящем съществуват в колективното несъзнавано, така че е нужно да ги въведем в живота си. Да не направим това би било изключително наивно. В такъв случай бихме имали могъщи сили вътре в себе си, които обаче не успяваме да разберем как функционират. А архетипите са активна част от играта и е нужно да научим как да работим с тях.

ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ВРЪЗКА С ПОДСЪЗНАНИЕТО

Необходимо е да спрем за момент и да си поемем дъх. Може би започна да изглежда заплетено - светла сянка, тъмна сянка, колективно несъзнавано, архетипи, и всичко това са части то нас... Но да, именно това сме ние и така функционираме. За щастие тези аспекти от нас съществуват заедно по един много

хармоничен начин с напредването по пътя ни. Тези различни части естествено се напасват, когато прилагаме квантовите техники и се придвижваме към пробуждането. Веднъж предприет, пътят към себе си ни отваря много врати. А колкото повече прекарваме време с подсъзнанието си, толкова повече се задълбочава и развива връзката ни с него.

Първоначално започваме всичко чрез влизане в диалог с подсъзнанието. Наричаме го с неговите митични названия, създаваме близост с него и си напомняме неговите функции и сила, способността му да ни помага. Така приветстваме отново тази забравена и подценявана част от себе си, като загубен отдавна брат. Оценяваме уникалната роля, която подсъзнанието ни играе в живота ни, и решаваме да му дадем много ясни модели и инструкции, които то да следва, за да започнем да действаме като екип. Размишляваме върху квантовите максими и така разбирането ни за подсъзнанието и енергийната мрежа нараства, давайки ни яснота за ролите, които те изпълняват в живота ни. Оpozнаваме моделите, които следваме, и започваме да откриваме сенчестите си части и да ги превръщаме в част от живота си. По този начин поставяме основата на връзката си с подсъзнанието.

Аз започнах връзката си с подсъзнанието преди много години чрез повтарянето на едно много просто утвърждение: „Моето подсъзнание е моят партньор в Успеха“. Повтарял съм си това

86 В книгите на Кастанеда Дон Хуан всъщност не използва думите колективно несъзнавано, съзнание или подсъзнание, а говори за *тонал* - светът на материалните обекти, и *нагуал* - нематериалният свят. Прекрасна книга, която разглежда методологията на Кастанеда чрез Юнгианската система, е *Прекрачване на границите: Психологическата перспектива в пътя към знанието на Карлос Кастанеда* от юнгианския аналитик Доналд Лий Уилямс (*Border Crossings: A Psychological Perspective on Carlos Castaneda's Path of Knowledge* by Donald Lee Williams).

утвърждение хиляди пъти през годините, така че то се запамети и сега представлява истинска сила за мен.

Тази практика имаше огромна стойност за мен. На първо място, когато утвърждавах „моего подсъзнание“, аз напомнях на съзнанието си този втори вид разум. Необходимо е да повтаряме на ума си множество пъти за съществуването на тази невероятна част от нас, защото в противен случай подсъзнанието ще бъде забравено и игнорирано от ума. Чрез добавянето на думите „мой партньор“, аз също така обучавах съзнанието си във възможностите и предимствата на това да работи с подсъзнанието. Позволявах на разума си да разбере, че има партньор, който желае и е нетърпелив да работи с него, така че да няма нужда вече да бъде сам. И на последно място, чрез използването на думата „успех“, аз построявах вибрация за успех и изграждах представа за успеха в подсъзнанието си.

Сега при работата си с митологията на воина, аз промених малко това утвърждение. Вместо да казвам „моего“ подсъзнание, аз казвам „*Нашето подсъзнание е нашият партньор в успеха*“. Когато утвърждението стане „нашето подсъзнание“, разумът е нужно веднага да се запита „с какво е свързано „нашето“ в случая?“. Утвърждението ни напомня, че имаме и тяло и душа, и че техен общ партньор е подсъзнанието. Това е една малка, но значима промяна и сега всеки път, когато използвам новото утвърждение, си мисля и за другите части от себе си. Питам се „Какви модели градя за тялото си?“ и „Какви модели градя за душата си?“ Работата с подсъзнанието е креативна работа и поради това ние се превръщаме в творци, създаващи собствената си реалност. Сега след като сме открили „партньора в успеха“, ние го използваме във всяка област на живота си и задълбочаваме непрекъснато връзката си с него.

Накрая, при работата с подсъзнанието е нужно да се вслушваме в сънищата си, да забелязваме знаците, да се доверяваме и действаме според интуицията си. Така ставаме винаги бдителни и

осъзнати за всичко, с което се срещаме. Доверяваме се на това знание и разбираме, че то не идва от разума, а от друга част от нас. Това е нещото, което наричаме „вслушване“ и то е основна точка за установяването на връзка с подсъзнанието. Вслушването се превръща в част от ежедневната ни практика. В следващата глава ще разгледам различните начини за вслушване и как ние привеждаме тези практики в живота си. Именно чрез ние отдаваме признанието си и се свързваме с подсъзнанието си. За нас като воини е паметно събитие да накараме съзнанието и подсъзнанието си да действат заедно, като екип. Така достигаме до нещо много могъщо, с което можем да работим, и започваме да напредваме по пътя си на превръщане в цялостно човешко същество.

9.

ВСЛУШВАНЕ

Късметът винаги има значение. Затова оставете кукичката хвърлена. Точно там, където очаквате най-малко, ще се появи рибата.

Овидий

Африканският романист Ахмадоу Коурума се изразява много добре в това отношение: „Не винаги е вярно, че великите събития могат да бъдат предвидени в зората на тяхното случване.“⁸⁷ И той е напълно прав. Никога не можем да сме сигурни какво ще ни донесе утрешният ден. Най-необикновените и неочаквани събития ни изненадват силно със своето случване. Животът ни е един тайнствен поток и никой от нас не знае къде ще ни отведе той. Именно поради това и за мен беше огромна изненада, когато една вечер без никакво предупреждение вътрешният ми глас ми проговори ясно: „Затвори тази глава от живота си. Нещо ново те очаква“. Бях особено учуден от това изказване, защото не виждах причина да променям каквото и да е живота си. Всичко се развиваше прекрасно. Кариерата ми беше на върха си. Събирах много хора на семинарите си, често дори над хиляда души. Изкарвах много пари. Книгите ми се продаваха добре, превръщаха се в бестселъри в целия свят. Имах повече покани за семинари, отколкото можех да проведа, което ми даваше възможността дори да избирам местата, които ми звучаха най-интересно. Хората извличаха голяма полза от моята система,

животът им се променяше. Правех това, което обожавях, и дори успях да си взема отпуск много пъти. Не виждах никакъв смисъл да се откажа от всичко това, но гласът беше толкова ясен в желанието, че Не можех да го пренебрегна.spiralata.net

Някои хора мислят, че се изисква огромна смелост да следваш вътрешния си глас, който не знаеш къде ще те отведе. Аз обаче не съм съгласен. Повече смелост се изисква всъщност да не го последваш.

87 Alhamadou Kourouma, *Waiting for the Wild Beasts to Vote* (Vintage, U.K. Random House, 2004).

Ние го следваме заради доверието си в неговата мъдрост. Той ни е водил и преди и да не го последваме означава да пропуснем всички приключения, които той ни предлага.

Всяко важно решение в живота ни е като да сме на кръстопът с две посоки пред себе си. Изходът от ситуацията се влияе не само от пътя, който поемаме, но и от този, който сме отхвърлили. Не можем да поемем и по двата пътя, а и всеки от тях ни води към различна съдба. Лично за мен решението бе лесно. Отказах се от това, което ми беше станало удобно, носеше ми успех и работеше за мен прекрасно, и се насочих към нещо непознато и загадъчно. Е, може да изглежда и безумно.

Следващата сутрин, в разговор със съпругата си, реших да продължа с всички свои ангажименти за семинари, но да не поемам нови. Когато приключа с ангажиментите си, щях да си взема двугодишна почивка (сабатикъл). Тъй като планирах нещата си почти година предварително, моето радикално решение „да затворя тази глава от живота си“ беше по-скоро абстрактно в този момент, и животът ми продължи по обикновения си начин. Месеците обаче напредваха и с приближаването на последния ми ангажимент, аз започнах да се вълнувам от новото, което скоро ми предстоеше.

Приятели и колеги започнаха да научават за приближаващия ми отпуск и най-често ми задаваха въпроса „Какво смяташ да правиш през почивката си?“ А моят отговор винаги беше „Ще се вслушам“. Любопитното е, че не знаех какво точно означава това, но усещах, че е вярно, и отговарях на всички по този начин. Така моят сабатикъл се превръщаше в „сабатикъл на вслушването“, което ми звучеше добре, каквото и да означава.

Последният ми семинар бе петдневно събитие в Южна Африка. Участвах на него с психолога Дейвид Фейнстейн. Дейвид ме беше попитал от по-рано дали е възможно на семинара да дойде и певицата и драматург Ан Мортифий, за да добави още един поглед към събитието. Въпреки че не я познавах, аз знаех, че Ан е уважаван творец, така че се съгласих с готовност. Семинарът премина изключително успешно и беше изпълнен със смисъл, така че бях щастлив, че това бе последният ми семинар за момента.

На следващата вечер се събрахме на вечеря. Съпругата ми Силвия, Дейвид, „Ани“ и аз седнахме на масата, отворихме бутилка прекрасно вино и последвахме гостове. Бях в празнично настроение и осъзнавах, че това беше първият ден от моя двугодишен сабатикъл.

„Какво ще правиш сега?“, попита ме Ани.

„Ще се вслушвам“, отговорих аз, а след това продължих да разказвам за своето двадесет и пет годишното преподаване на силата на ума и това колко е ефективна тя за хората, за постигането на техните цели и проявяването им в живота. *„Аз се справям наистина добре с проявяването“,* добавих аз.

„Колко интересно!“, отговори Ани. *„Аз пък съм наистина добра във вслушването. Всъщност сега се завръщам от дълъг период на дълбоко вътрешно вслушване и в момента желая да се завърна и отворя към света, да творя за него“.*

Погледнахме се един-друг с любопитство за момент, без да казваме и дума. Изглеждаше толкова необикновено това, че се срещаме именно в този момент на кръстопът в живота си. Единият щеше да поеме посоката, който другият току-що напускаше.

„Мога да те науча да проявяваш в света“, казах аз, разчупвайки тишината.

„А аз мога да те науча да се вслушваш“, отговори тя, и отново се загледахме любопитно. След това, без да знаем какво се случва, скочихме от столовете си и започнахме да се смеем и прегръщаме. Когато се усетихме, седнахме отново на местата си и се зачудихме какво причини тази спонтанна реакция. Това се случи поне още пет пъти до края на вечерта. Говорехме спокойно, след което извед-нъж ставахме от местата си с Ани, прегръщаме

се и се смеехме, а след това отново сядахме и се чудехме на какво се дължи всичко това. Беше много странно, както за нас, така и за Дейвид и Силвия, които също бяха изумени защо се случваше това. Сякаш душите ни знаеха нещо, което за нас бе непонятно, и празнуваха своята среща една с друга.

Така започна едно от най-забележителните преживявания в живота ми. Тази вечер ние решихме да се напътстваме един-друг. Аз щях да уча Ани как да проявява мислите си в света, а тя щеше да ме учи да се вслушвам в дълбочената. Така единият щеше да бъде едновременно учител и ученик на другия. И двамата не знаехме тогава, че това решение щеше да промени радикално живота ни, да ни заведе до непредполагаеми загадки, но все пак това е нормално да се случи, когато се доверяваш и следваш своя повик. Също така за мен не бе никак случайно, че точно на първия ден от моя сабатикъл на вслушването бях привлякъл учител, който да ме напътства в тайнствената сфера на това вслушване. Точно на първия ден! Когато нещо подобно се случи, то определено ти прави впечатление. Имаше нещо зад обикновения късмет, въпреки че както знаете, аз съм си голям късметлия. Това бе знак, че нещо ще се случи, поне така избирам да мисля.

Нека споделя с вас един трик, който квантовите воители използват много успешно. Можех да избира да видя запознанството си с Ани по много различни начини, включително и по този, че нямаше никакво значение как се случваха нещата. Всички възможни интерпретации са верни и никой не може да е категоричен коя е най-подходящата. Но част от изграждането на могъщ модел за нашата действителност е да изберем интерпретацията, която съответства най-силно на целта ни. Да избира да вярвам, че случката нямаше никакъв особен смисъл или че е просто щастливо съвпадение, не би ми дало никаква сила, дори и да е истина. Да вярвам, че е знак за настъпването на велики неща в живота ми, активира нещо съвсем различно. Това е напълно различна вибрационна честота. Този избор е мълчаливо признание към системата, на която сякаш казваме „Виждам как работиш в живота ми“. Това показва, че ние забелязваме нещата и сме осъзнати или най-малкото ни носи плацебо ефект.

Разглеждането на всичко по този начин е нещо прекрасно, което можем редовно да правим. Подсъзнанието ни отбелязва начина, по който тълкуваме събитието. Енергийната мрежа също регистрира реакцията ни и връща съответната вибрация в отговор. Така интерпретацията утвърждава връзката ни с мрежата

и ни показва, че тя е активна, а това ни подкрепя и ни дава увереност. Така че от всички възможни тълкувания, които случайната среща с Ани може да съдържа, аз избирам това, което ми служи най-добре. Освен това аз затвърждавам още по-силно избора си като редовно разсъждавам над значимостта на срещата ни, утвърждавам връзката си с мрежата и използвам случката като източник на сила. Воините се облагодетелстват от всяка възможност да задълбочат връзката си с живота и да построят магически модел на своята реалност. Ние не ставаме наивни по този начин и не живеем в илюзии, но знаем какво правим и го правим, защото сме способни на това.

Първият урок, на който Ани ме научи, беше това, че сме обвързани с всичко. „Всичко е живо“, започна тя, „и е нужно да научиш да забелязваш и да се вслушваш във всичко, което този огромен извор на живот ти казва. Когато слушаш внимателно, когато слушаш с копнеж и желаеш да излезеш от собствения си ум, тогава пред очите ти започват да се разкриват забележителни неща.“

„Излизането от собствения ум“ ми направи голямо впечатление в нейните думи, защото цял живот бях използвал ума си, за да получа желаното. А сега Ани ми казваше да изляза от него!

„Разумът може да ти даде само толкова“, продължи тя. *„Той има забележителни възможности, но също така е ограничен в собственото си пространство. Започни да изследваш другите части от себе като тялото и душата. Те имат тайни, които желаят да ти споделят. За да се вслушаш дълбоко, ти е нужно да слушаш всяка своя част.“* Както щях да открия скоро, Ани беше нещо повече от творец, тя бе истински мистик. Беше поела пътя навътре в себе си, описвайки го като *„дълбоко вглеждане във всички части от същността ми“*.

Две години ние се срещаме веднъж месечно за два или три дни и давахме инструкции един на друг. Нямахме никакъв график или учебен план - ние просто се срещаме и правихме това, което считаме за правилно. Чрез този процес аз задълбочих способността си да се вслушвам и пробудих тялото си, а Ани научи тайните на проявяването на нещата в живота ни.

МЪДРОСТТА НА ТЯЛОТО

Херметическата традиция разглежда тялото като „концентрирана мъдрост“⁸⁸. Тялото има своя собствена мъдрост и

начини на разбиране, които са отделни и различни от тези на разума. Умът мисли, тялото чувства. От тези два източника ние получаваме два начина на разбиране. Както очите виждат, а ушите чуват, и така от двете сетива получаваме различна информация за света, така е и с тялото. То има специална и уникална връзка с енергийната мрежа. Нашето тяло усеща света „енергийно“.

За съжаление западната култура е забравила уникалното знание на тялото. Как се е случило това, кога сме се разделили с мъдростта на тялото, кога усещанията на тялото са били пренебрегнати и заклеимени като незначими? Религиите имат част от вината за това. Много религии отричат тялото като го определят като преходно средство в съществуването ни, чиито инстинкти и желания трябва да бъдат преодолени. В духовността има предпочитание към трансцендентното, в което всичко духовно е добро, а всичко физическо е нужно да бъде превъзможнато. Душата е обявена за най-възвишената част от нас, а останалото е определено като преходно и тленно. Този тип духовност е невротична и води до всякакъв тип проблеми. В този живот тялото ни е също толкова значимо, колкото е и душата, поради което е нужно да се отнасяме и към двете с уважение и почит. Лично според мен, от духовна гледна точка, ако Бог ни е поставил в тяло, то това не е за да бягаме от него или да го считаме за по-нисше, а

88 Mark Hedsel, *The Zelator: A Modern Initiate Explores the Ancient Mysteries* (Random House, U.K. 1998).

по-скоро, за да научим неговите загадки, да усвоим великата му мъдрост, да се обогатим от това преживяване. Дори от практическа гледна точка, ако тялото има мъдрост и знание отвъд това на ума, няма ли да е разумно да разберем този източник на знание? Ако тялото действително има тези способности, тогава ние пропускаме много като игнорираме тази част от себе си. Но дали тялото наистина съдържа тази мъдрост?

Неврологът Антонио Дамасио е провел множество проучвания за способността на тялото да чувства и преработва информация. „Тялото допринася за много повече неща от обикновеното поддържане на живота“, пише той. „То внася съдържание, което е част и дял от нормалното функциониране на нашия разум.“⁸⁹ Едно от най-любопитните открития на Дамасио е това как усещанията на тялото влияят на разумната мисъл без дори да го

осъзнаваме. Дамасио разработил интригуващ експеримент, който нарекъл „задача на залагането“. Ето какво представлява тя: На всеки участник били дадени по четири колоди специални карти като участникът или печелил, или губил пари на всяка карта. Изследваните лица били помолени да обръщат картите една по една за всяко от четирите тестета. Това, което участниците не знаели обаче, било, че картите били нагласени. Две от тестета носели по-големи печалби, но и по-силни загуби. Избирането на карти от тези колоди в края на краищата водело до загуба за участника. При другите две тестета имало по-ниски плащания, но и по-малък шанс за загуба, така че изследваните лица завършили с печалба, когато избирали карти от тях. Средно участниците имали нужда от петдесет до осемдесет карти, за да преценят кои колоди дават по-голям шанс за печалба.

И тук идва интересната част. Дамасио прикачил електроди за дланите на участниците и измерил електропроводимостта на кожата им. Това, което установил, било, че само след преминаване на десет карти през ръцете, тялото разбирало от кои тестета е най-благоприятно да се теглят карти, и ставало „нервно“, когато предстояло теглено от една от негативните колоди. (Дамасио знаел това, защото в тези случаи тялото регистрирало повишени нива на електропроводимост). Тялото установило кои тестета са по-добри много преди умът да успее да направи това.

Това изключително откритие съответства на множество от нашите собствени преживявания. Колко пъти ни се е случвало да получим силното усещане да действаме по даден начин, а след това се оказва, че е било вярно? Вероятно ви се е случвало много пъти. Интуитивно ние знаем, че да се доверим на своите усещания обикновено ни води в правилната посока. А да се доверяваме на усещанията си става още по-смислено и правдоподобно, когато осъзнаем, че тялото ни винаги получава информация, избира едва доловими сигнали от средата и ни ги предава. Тялото ни усеща информацията. Езикът на тялото са нашите чувства, а колкото по-чувствителни сме към уникалните сигнали на тялото си, толкова по-ефективни ставаме самите ние.

Мой приятел, който взема повечето си решения на база на логиката (както правят много от нас), ми сподели случай, който променил разбирането му за усещанията. Една вечер казал на съпругата си как няма доверие на чувствата, защото „Те изкривяват фактите“. Съпругата му, която е високо интуитивна жена, го погледнала толкова невярващо и отговорила толкова

категорично, че в крайна сметка той разбрал това, което тя се опитвала да му каже от години. „Твоите чувства са фактите“, бил отговорът ѝ.

Това прозвучало толкова ясно, било изпълнено с толкова дълбока мъдрост, че той го разбрал веднага. Нашите чувства са фактите! Разбира се, че е така. Какво друго могат да са те? Чувствата нямат никакъв скрит смисъл. Ние просто чувстваме това, което усещаме. Никога не се съмняваме в автентичността на чувствата си - те са точно толкова чисти и надеждни източници, колкото въобще е възможно да съществуват. Може да имаме питания към тълкуването си на това, което ни казват чувствата, но не и към тях самите.

Поетът Уолт Уитмън изразява това по следния начин:

Аз съм на тялото поет,

и поет съм също на душата.⁹⁰

Уитмън разбира с цялото си същество чудото на тялото. „Човешкото тяло и душа е нужно да останат една цялост“, заявява той. „Това чувствам аз с най-дълбоката част от мозъка и сърцето си.“ Забележете това, че това не е логически аргумент - Уитмън „чувства“ това. „*Няма да пиша стихотворения, свързани с частите, а ще пиша само такива, свързани с ансамбъла*“. Ансамбъл, колко красива, описателна дума! Тя изразява толкова ясно какво представляваме ние: разум, тяло,

89 Antonio Damasio, *Descartes'Error* (London : Quill, 1995), 212-216. 90 Walt Witman, "Song of Myself", *Leaves of Grass* (New York: Bantam Dell, 2004).

подсъзнание и душа. Тези четири части от нас съставят ансамбъла, допълват се и са свързани една с друга. Не можем да ги отделим, вслушвайки в едни от тях и пренебрегвайки другите. Да направим това ще означава да имаме недовършена картина за случващото ни се, защото всяка отделна част ни дава различна перспектива, идва от различен източник. Всяка част от нас е създадена да ни информира и напътства, да ни дава различни начини за разбиране, да ни направи цялостни.

Мъдростта на тялото е нужно да бъде почувствана, и всъщност това е единственото възможно, защото не можем да достигнем до нея по друг начин. Ако не можем да почувстваме, не можем да

получим и знанието. Ако не можем да усетим другите, няма как да ги познаваме. Може би разбираме подбудите на другите и заради това си мислим, че ги познаваме, но всъщност не е така. Познаването на хората идва от това да ги почувстваме. Същото е със самите себе си - за да се познаваме, е нужно да чувстваме себе си. Необходимо е да знаем какво желае тялото ни, къде се разминаваме с него, къде разумът е избрал неподходящите цели, в кои отношения не сме честни със себе си. Така се научаваме да разбираме кое е правилното и кое не е, и добиваме смелостта да действаме според това, което чувстваме. Именно мъдростта на тялото е тази, която ни дава всичко това.

Любопитно е, че дори знанието е нужно да бъде почувствано, за да го разберем истински. Това е нещо, което много интелигентни хора не разбират. За да разберем една истина напълно, не е достатъчно да я знаем с разума си, нужно е да я почувстваме и с тялото си. Един мюсюлмански последовател веднъж ми сподели *„Когато следваш Корана, нито е подходящо за теб, нито ще ти помогне да свързваш подходите на сърцето с тези на разума“*. Всички учители, посветени на учението на Корана, наблягат на важността на сърцето (тялото) като необходимо условие за интелектуалното разбиране на смисъла на Корана. Сърцето притежава собствен интелект: *„Ако нямат те сърца да разберат...“* ни казва Корана, отбелязвайки ясно, че интелектуалното разбиране не е достатъчно. И то действително не е. Не можем да функционираме ефективно, ако слушаме единствено разума. Ако правим това, ние добиваме емоционални недъзи, отдалечаваме се от изначалната мъдрост. А откъснати от корените си, ние ставаме изкривено подобие на това, което би трябвало да бъде човешкото същество.

Затова е нужно разумът да се научи да се доверява на загадките на тялото и да се вслуша в него. Така умът разбира, че не е сам, и започва да вижда стойността на съвместната работа с тялото, на сътрудничеството с този свой партньор.

Тялото се превръща в изящно живо същество само по себе си, изпълнено със загадъчност и чудеса - нещо, което е нужно да ухажваме и изследваме, както правим с нов любим. Разумът намира партньор в играта. Когато това се случи, тялото и умът стават сътрудници, които притежават собствени силни страни и се допълват взаимно.

Необходимо е да отхвърлим дребнавите описания на културата ни, които определят тялото като слабо или дебело, младо или

старо, привлекателно и непривлекателно - това е ненужно бърборене - и да признаем колко прекрасно е всъщност тялото. Тялото ни съдържа мозъка, сърцето, кожата, то ни позволява да се движим, да се храним, да виждаме, да чувстваме... Чрез тялото си ставаме сутрин и започваме да се занимаваме с десетте хиляди неща. Къде и какво щяхме да бъдем ние, ако го нямаше този изящен партньор?

Митичното определение за тялото е „*Този, който е Чувстващо-Знаещ във времето и пространството*“. Тялото знае всичко, защото може да чувства много по-силно, отколкото да мисли, а това е много по-директна, чиста връзка с вселената. Определението също така съдържа уточнението „*във времето и пространството*“ и това също съответства на същността на тялото. Без тяло не може да има игра на монопол, но не може да има и космическа игра. Душата има нужда от тяло, за да играе космическата игра във времето и пространството, и именно поради това душата и тялото имат толкова специална връзка. Несъмнено има толкова други различни реалности и безброй други игри отвъд честота на време-пространството, но в този свой живот ние имаме тела, които са неизменна част от нашето пътуване.

Второто митично определение за тялото е *Навигатор към съдбата ни*. Ние откриваме съдбата си, когато следваме това, „което ни се струва правилно“. Тялото ни знае какво е нужно да направим във всяка част от живота ни, кое е най-доброто за нас. Само тялото ни може да разкрие съдбата пред нас. Никога няма да можем да разберем съдбата си само с ума, защото той винаги ще бъде отвличан от други въпроси и ще проектира собствените си планове в нашето търсене. Разумът може да опита да замисли съдбата ни, но този опит винаги ще остане безполезен, защото съдбата не може да бъде „замислена“- тя може само да се разкрива и да бъде следвана.

Всичко във вселената може да бъде почувствано с тялото, защото всичко вибрира чрез енергия и е свързано помежду си. Хора, дървета, животни, истина, красота, радост - дори и най-фината вибрация в енергийната мрежа може да бъде усетена, ако сме наясно със своето тяло.

Забравили сме обаче това как да почувстваме красотата и радостта, как да почувстваме другите, как да усетим пулсирането на енергията отвсякъде. Нашите невронни връзки, отговарящи за това, са съкратени поради неиз-ползването им, и е нужно да

бъдат възстановени в името на пълноценността в живота ни.

Човешко същество, което не може да усеща, е пленено в капана на мисленето, въпреки че често не си дава сметка за това. Такъв човек оценява разбирането и интелектуалното знание, преминавайки от мислене в теоретизиране и осъждане, които се случват напълно в ума. Такъв човек може да бъде много високо образован и знаещ, дори да бъде много уважаван, но ако не може да усети, той никога няма да разбере загадките на вселената, а ще остане завинаги пленен в своя ум. Мисленето се цени от разума и това е нормално, защото това е неговата среда? Както всеки родител оценява своите деца над всички останали, така и разумът извисява мисленето над всички останали процеси, възхищавайки се на себе си заради своята интелигентност и мисловни способности. Непросветеният ум заблуждава себе си по този начин и живее в сенчестия свят, който сам е създал. Така той не получава обогатяване от другите части на Аза, и ако не бъде просветен, се превръща в „патетична мислеща илюзия“, точно както нарече тялото ми моя ум по време на необикновен разговор, в който тялото ми имаше възможността да изрази гнева си към разума ми.

Необходимо е да ви разкажа тази история. По време на една от нашите месечни срещи, с Ани решихме да измислим средство, чрез което ума и тялото да започнат да разговарят. И двамата предполагахме, че тялото ми желае да бъде чуто. Затова замислихме обстойна церемония⁹¹, включваща психодрама, при която умът и тялото можеха да комуникират свободно.⁹²

Необходимо е да кажа, че една от нашите поговорки по време на обучението ни, беше „Направи сцената и нека представлението да започне“. Ние винаги мислехме за начини, чрез които да свържем различните части на същността си. Подхождахме към взаимните си напътствия по един невинен, детински начин, широко отворени за това, което щеше да ни се разкрие. Имахме и още една поговорка, която си казвахме всеки път, щом ни се случеше нещо изключително: „Благодаря на бога, че си нямаме и идея какво точно правим“. Това може да звучи доста необичайно, особено при положение че и двамата бяхме добри в транс-персоналните методи, но по този начин показвахме вратата си в загадките и съобщавахме на енергийната мрежа желанието си да се излезем от установения път и да позволим на непознатото да ни разкрие себе си, без да се опитваме да насочваме резултата. Просто оставяхме всичко на вселената. Много от времето ни заедно минаваше спонтанно и свободно и се занимавахме с

нещата, които сами идваха.

По време на психодрамата тялото ми беше изключително гневно на разума ми и изля негодуванието си от това, че не е било чуто. В един момент тялото ми каза на ума „Погледни ме, аз съм истинско“, докато танцуваше из стаята. „Погледни колко съм красиво, как мога да се движа. Аз се храня, аз правя любов, мога да докосвам и да бъда докосвано. Мога да чувствам, аз съм истинско, докато ти... ти не си нищо повече от една патетична мислеща илюзия!“ Умът ми беше шокиран от този разговор. Той се почувства разкрит и слаб, когато осъзна колко малко познава и разбира тялото, и за един кратък момент умът ми завидя на тялото за това колко необикновено бе то. Диалогът продължи между двамата, докато тялото не се почувства удовлетворено от това, че е било чуто. Това сложи началото на приемането, защото разумът ми за първи път прие тялото за партньор в играта.

Дисциплинираният ум, който се е свързал с останалите части от Аза, знае, че всяка от тях има своя собствена действителност и мъдрост. Когато чувствата вземат връх, обученият ум съдейства като се отдръпва настрана при първото усещане и позволява на тялото да усвои напълно странните и удивителни чувства, които се случват. Той прави това от уважение, но също и от любопитство, защото желае да разбере загадъчната мъдрост на тялото, която само то може да осигури. Разумът знае, че ако не отстъпи назад, това знание няма да си проправи път. А това ни води до един важен момент: Не можем да мислим и да чувстваме по едно и също време. За да почувстваме дълбоко, е нужно да премахнем мисленето, макар и за малко, и да позволим на чувствата да се отразят в тялото без да

91 Ритуалът е просто по-задълбочен начин за работа с енергията. Подсъзнанието отговаря на драматическото изкуство, а колкото по-задълбочено е запечатването, толкова по-добре. Въпреки, че предимно религиите и шаманските традиции използват ритуалите от хиляди години, методът е достъпен за всеки, който разбира динамиката на мисълта и енергията. 92 Психодрамата е психологическа техника, при която вътрешните аспекти на душата (психе) се разиграват чрез роли. бждат обременени от смислите. Тези усещания информират тялото ни със своя уникален език и тялото става силно и здраво, когато му позволим да чувства и да комуникира по този начин.

Стихотворение на Уолъс Стивънс много точно отразява усещането за дълбоко вслушване:

Той трябва ум студен да има,
за да се радва на леда и боровите клони,
покрити със снега сега;

И трябва дълго време да е бил студен,
за да съзира хвойната във лед скована,
и смърчовете във далечен блясък как трептят

от януарско слънце; и също да не мисли
за някакво нещастие във звънналия вятър,
или във звука на малкото листа,

който е звукът и на земята,
пълен все със този вятър,
който вее на оголеното място

защото слушащият, който чува във снега,
нищо сам по себе си не вижда -
нищо, дето там го няма, нищо там, което е.⁹³

Чрез дълбокото вслушване ние забелязваме и чуваме всичко, а велики са тайните, които ни се разкриват, когато отстъпим назад и позволим на мъдростта на това „нищото“, което „там го няма и... което е“ да ни се покаже.

Ние се вслушваме, когато позволяваме на чувстващата част от тялото ни да усеща. Тялото не е загубило способността си да чувства, но поради ограниченията, които умът ни е наложил,

тялото е загубило способността си да чувства дълбоко. Чрез постоянното пренебрегване и отричане на тези усещания от страна на ума, способностите ни са отслабнали. Определени като незначими и поради това игнорирани от ума, невронните връзки, които улесняват усещанията за радост и учудване са били притъпени. Пулсациите на радостта, красотата и единството непрестанно достигат тялото, но невронните връзки са загубили способността да преработват и разбират посланията. Чрез разбирането ни за невропластичността вече можем да оценим как това се е случило. Първоначалните връзки в мозъка ни, които са ни позволявали да бъдем изпълнени с благоговение към света, когато сме били малки деца, са били подсилвани от положителните съобщения, които са носили. С постепенното игнориране на тези усещания обаче, невронните вериги, които осъществяват пренасяне, са били скъсани, и ние сме изгубили чувството си за учудване. Чрез увеличаване на дяла на мисленето за сметка на чувстването, сме позволили на благоговението и учудването да напуснат живота ни. За наша радост обаче тези вериги могат да бъдат пробудени отново, а невронното настройване да бъде преустановено, когато отново се обърнем към удивителните неща в живота ни. Чрез обикновено внимание ние пренастройваме веригите, което ни помага да изпитаме отново благоговение и учудване. А когато тези вериги бъдат установени отново, ние ще започнем да виждаме и чувстваме света такъв, какъвто е, какъвто е бил и какъвто винаги ще бъде - пълен с чудеса, загадъчност и магия.

ИНТУИЦИЯ

Интуицията вибрира около тялото като усещания. Подсъзнанието ни, комуникирайки с енергийната мрежа, има достъп до всичката информация в матричната решетка и ни осигурява всичко, от което се нуждаем, ще ни напътства при всичките ни решения чрез чувствата и инстинктите ни. Понякога интуицията се проявява като „тихото малко гласче, което ни говори вътрешно“ или като усещане или силен импулс, който някой хора наричат „усещане в стомаха“. Не сме ограничени от петте си сетива и можем да бъдем насочвани от това, което често наричаме шесто чувство. Астронавтът от Аполо Едгар Мичъл всъщност е започнал да нарича интуицията първото чувство, защото според него „Тя е вкоренена в квантовия свят преди ние да съществуваме.“ Това обяснение ни позволява да разберем процеса на по-дълбоко ниво. Няма нищо мистериозно относно мъдростта на

тялото - били сме създадени да я притежаваме. Ние можем да бъдем силно свързани с интуитивните послания, да имаме онези „усещания в стомаха" и да чуваме малкия глас вътре в себе си.⁹⁴

Някои от нас приемат всички тези начини, докато други имат един или два по-изразени, но в крайна сметка всеки от нас има своите вътрешни пътища за познание. Необходимо е само да отдадем вниманието си и да се вслушаме. Когато приемем този вътрешен начин на знание, ние започваме да живеем по-смислен и осъзнат живот. Въпреки това е хубаво да отбележа, че думата „интуиция" е в известна степен неточна. Когато се обръщаме към нея като съществително, тя ни звучи като стар мъдрец. По-добро и по-точно описание би било да мислим за интуицията като за процес, което ще доведе до следното - „Аз усетих интуитивно отговора". Да усещаш интуитивно е вече глагол, така че описанието става по-точно. Ние не се обръщаме към интуицията си, за да разберем отговорите - ние ги усещаме интуитивно, и по този начин достигахме да цялата информация, която се съдържа в матричната решетка.

„Събудих се тази сутрин с прекрасно чувство за смирение, и знаех, че съм получила работата". Това сподели в групата ни Шарън, една от ученичките ми, в деня, когато смени работа на водопроводчик за работа в рекламна агенция. Над сто души бяха кандидатствали за позицията и въпреки че тя чувстваше, че се е представила добре на интервюто, все пак имаше поне десетки други, които се бяха справили също толкова добре, ако не и повече. Но въпреки това, още със събуждането си, нещо в нея е „знаело", че е приета. Това било усещане. И така, същата сутрин се обадили на Шарън, за да ѝ предложат позицията.

Тялото е знаело. То непрестанно обхваща сигнали от квантовото поле. Тялото на Шарон е знаело, че е тя е наета, веднага след като решението било взето. Ето какво се е случило всъщност: Решението да бъде наета било взето от четирима консултанти следобеда преди да ѝ се обадят на следващия ден (тя разбрала това, когато се появила на първия си работен ден). Веднъж взето, решението се записало и станало част от колективното несъзнавано. Преди заспиването съзнанието на Шарън било много активно, мислело дали е взела работата или не. Докато спяла обаче подсъзнанието ѝ получило потвърждение

от колективното несъзнавано, че е приета. Когато се събудила, нейното тяло вече „знаело“.

СЪНИЩА

Сънищата представляват съкровени разговори, които имаме с подсъзнанието и душата си. Аз комуникирам със сънищата си от повече от двадесет и пет години и тази уникална връзка направи самия мен по-задълбочен с времето. Често не разбирам какво ми казват сънищата, но все още ги записвам със знанието, че всичко ще стане ясно, когато дойде точният момент. Понякога като чета дневника си със сънища и го разглеждам два-три месеца назад, виждам подробности, които не съм забелязал, и изведнъж разбирам какво са желали да ми кажат те. Да обръщаме внимание на сънищата си е друг начин да се вслушваме.

Дневникът за сънища е съществен за работата ни с тях. Той се превръща в книга със загадъчна мъдрост, забулена в мантията на символите. Когато започнем да записваме сънищата си първоначално, ни се разкриват само малки детайли, но книгата със сънищата се изгражда все повече с всеки сън и в крайна сметка започваме да виждаме модели и повторения, които ни разкриват една много по-обширна картина. Понякога отделни сънища „говорят“ с вас, а понякога са групи сънища, чиито смисъл ще е нужно да разтълкуваме, но едно нещо остава постоянно - всеки сън се записва в дневника, защото това е начинът да покажем уважението си към него.

Едгар Кейси, определян често като „най-великият пророк на Америка“, казва, че сънищата имат две функции. От едно страна решават проблемите в будния живот на сънуващия, а от друга ускоряват новите потенциали за развитие, които той е способен да прояви. Когато се вслушваме в сънищата си, те ни правят много по-успешни и подобряват същността ни.⁹⁵

Когато е нужно да взема важно решение, винаги се обръщам към сънищата си за съвет. Поради това практикувам процес, който наричам „предизвикване на сънища“.

Точно преди да заспя, докато лежа в леглото, аз повтарям на подсъзнанието си какво желая. Казвам нещо подобно: „Тази нощ ще сънувам, ще запомня съня си и той ще бъде за...“(нещото, което търся). Повтарям това утвърждение десет-двадесет пъти и след това се отпускам, знаейки че молбата ми бива разглеждана. Очаквам подсъзнанието ми да отговори на искането ми и

обикновено това се случва. Приятелите ми се изненадват от подхода ми към сънищата и се впечатляват колко точно те ме

94 "Quantum Healing, Consciousness and Soul" series hosted by Shifra Hendrie, July 2010. 95 Harmon H. Bro, *Edgar Cayce on Dreams* (New York: Warner Books, 1968).

напътстват. Но защо ли им изглежда толкова изненадващо? Точно това е нормалното да се случва в крайна сметка.

Нека споделя с вас няколко сънища, които са ме напътствали прекрасно досега. Един от тях беше в отговор на важно решение, което беше необходимо да взема на следващия ден. Нуждаех се от отговор същата нощ, така че помолих подсъзнанието си да ми даде сън, който да ми разкрие какво да направя, и именно това се случи. Няма да повтарям целия сън, но частта, която ми даде отговор, беше, че получавам талон за неправилно паркиране, защото съм оставил колата на непозволено място. Тихах към колата си и повтарях „Какво ще ми струва това?“ отново и отново. След като се събудих, аз веднага записах съня си и го озаглавих - „Какво ще ми струва това?“ Озаглавяването на сънищата е друг начин, който ни помага да ги разберем. След като имах напътствието от съня си, аз се запитах „Какво ще ми коства да продължа с плана си?“ В съня си правя нещо, което не бива да правя и съм наказан заради това, така че предположих, че ще е нужно да платя някаква цена, ако реша да продължавам напред. Така че реших да направя противоположното на плана си, което по-късно се оказа и правилното решение. Сънят ми беше помогнал да направя верния избор.

Първият уъркшоп за сънища, който направих, също беше предшестван от сън, който ми даде напътствия. По това време не бях сигурен дали имах достатъчно знания и разбиране до водя подобна проява. Бях работил със сънищата си само няколко години, и въпреки че имах силното желание да водя този семинар, не бях сигурен дали съм квалифициран. Затова се обърнах към сънищата си за на-пътствие. В съня се виждах в стая, в която по-възрастни от мен хора измерват дължината на косата ми, а всички те имат дълги коси. Те обсъждаха помежду си дали косата ми е достатъчно дълга, за да ме приемат. Имаха линия, с която измерваха косата ми отново и отново. Някои я смятаха за достатъчно дълга, а други не. Възцари се неразбирателство между тях, но в крайна сметка решиха, че според минималния критерий косата ми е достатъчно дълга. Събудих се и след като записах съня си, реших, че според „минималния критерий“ съм готов да

вода този семинар. Това ми даде увереност да представя уъркшопа, както и смирението да си призная, че все още не съм „дългокос“.

Двугодишният ми сабатикъл се превърна в тригодишен именно заради сън, който имах една нощ преди края на втората година. В съня си се изкачвах по планина в епическо пътешествие. Бяха извървял две трети от разстоянието до върха, когато срещнах непознат, който ми каза, че е нужно да се върна до долината преди да стигна върха. Това ми се стори много странно, но интуитивно знаех, че този непознат е прав. След като се събудих, започнах да обмислям този особен сън. Почувствах силно, че той споделяше нещо важно с мен. Символът на „двете трети“ до върха и странникът, който ми казва „да се върна в долината“, ме доведоха до усещането, че сънят ми ме съветва да удължа почивката си. Преди този сън се бях чудил какво ще правя, след като сабатикълът ми приключваше скоро. Сънят ми каза да го удължа с една година.

Не е лесно да разтълкуваме всички сънища и често не сме сигурни какво точно ни казват те. Това ни води до въпроса откъде можем да знаем, че сънят ни е свързан именно с нашето запитване. Той може да е свързан, но може и да не е свързан с това, за което питахме, но тъй като подсъзнанието ни винаги се опитва да се доближи до нас, можем поне да предположим, че сънят има значение. Определено си заслужава да отделим време, за да разберем какво може да ни казва сънят.

Ако не получаваме или не умеем да помним сънищата си, продължаваме процеса на предизвикването им, докато не успеем. Записваме всичките си сънища, забелязваме основните модели в тях, както и повтарящите се елементи. Подхождаме към сънищата си като загадка, която е необходимо да разгадаем, и постепенно с практиката ставаме все по-добри и се научаваме да говорим с езика на символите.

СВЕЩЕНИТЕ РАНИ

Свещените рани са личните кризи, които всеки един от нас преживява в различни етапи от живота си. Никой не е застрахован срещу тях, нито има смисъл да желаем това, защото тези кризи ни носят прекрасни дарове и прозрения освен мъката и съжалението. Кризите се случват, защото нещо вътре в нас желае да бъде забелязано, да бъде чуто и да му се обърне внимание. Нещо не е в съответствие с нас и затова е необходима

промяна.

Понякога това ще е финансова криза, при която губим всичко, което имаме, или пък разпадане на брак, или сериозна болест. Каквато и да бъде кризата, тя винаги ни разтърсва из основи и ни кара да се вгледаме в себе си, в изборите си, в начина си на живот, в убежденията си. Нищо не остава неизследвано по време на криза и именно това е необходимото да се случи.

Когато изследваме съществуването си по време на криза, ние виждаме себе си по един различен начин. Аспекти от живота ни, които допреди са ни се стрували много важни и необходими, изведнъж стават много по-маловажни, дори незначителни. В същото време неща, които до този момент сме игнорирани или отхвърляни, чрез поразяващата яснота на свещената рана, се превръщат в най-важното за живота ни. Свещената рана представлява винаги повик за работа със сянката. Нещо в нас желае да бъде родено или да бъде жертвано.

Кризите никога не са приятни, но ни дават възможността да си направим изводи и да се „вслушаме“ в тайнствените послания, които съдържат, поради което се наричат свещени. Това е начинът животът да ни задължи да направим промени, защото без тях изпадаме в застой. Удобството е враг на промяната и ние рядко правим промени, когато всичко върви по начина, който желаем. Жи-вотът ни изисква промяна, движение, а ако нещата са в застой или се чувстваме твърде комфортно, лесно можем да пренебрегнем повика на вътрешните си желания. Понякога само кризата може да грабне вниманието ни. Кризата винаги предшества трансформацията, така че е необходимо да я приветстваме, когато се появи в нашата игра.

Затова можем да приложим философията на Фил Джаксън, известен баскетболен треньор от Залата на славата в НБА, който вдъхновявал своя отбор по време на много предизвикателни срещи, със следните думи: „Противникът не е наш враг, той е наш партньор в танца“. Промяната на погледа към обтегнатата ситуация премахнала цялото напрежението на играчите, те успели да се успокоят, да излязат на игрището и да дадат най-доброто от себе си, което и направили, печелейки в крайна сметка шампионата. Необходимо е да предприемем същия подход към живота си. Предизвикателствата, които срещаме, не са нещастия, те са партньори в нашата игра. Те са необходима част от нашето развитие, която ни прави силни, води ни по непознати пътеки, които може би никога не бихме се осмелили да

прекратим.

Свещените рани са необходима и значима част от пътешествието ни на човешки същества. Те ни откриват възможността нещо различно да се случи в живота ни. Нужно е да престанем да определяме всяко нещо като благословия или проклятие, добро или зло, приятно или неприятно, и да приемем всяко обстоятелство като път за задълбочаване на същността ни.

Свещените рани ни правят по-задълбочени. Когато чувстваме собствената си болка, можем да се докоснем и да усетим болката и на другите. Ние се смиряваме по начин, който ни кара да търсим отговори. Тези моменти никога не са приятни, но раждат нови прозрения, промени, движение, което се осъществява във вътрешен и във външен план, и ние се променяме по много начини. Това, което изглежда като хаос, всъщност е креативната алхимия на вселената, която се появява в нашата игра, раздвижва ни със своето докосване и ни води до пробуждане.

ВСЛУШВАНЕ В ЖИВОТА

В живота ни винаги идва момент, в който осъзнаваме, че животът е много по-загадъчен и магически от това, което винаги сме смятали. Животът ни повече не може да бъде ограничаван в строгите интерпретации, които сме създали за него. Необясними и невероятни неща могат и наистина се случват постоянно - това е нещото, което е необходимо да приемем. Така в норма се превръщат случките, които не се подчиняват на логиката, но са напълно смислени от квантова гледна точка. Животът ни е удивителен и именно това е истината за него. Той е едно магично пътешествие във времето и пространството, което непрекъснато комуникира и взаимодейства с нас. А сега вече знаем и това, че животът ни не се случва случайно и независимо от това, което ние самите сме.

Събитията в живота ни винаги съдържат послания, когато се научим да се вслушваме в тях. Обстоятелствата, с които се срещаме, вече не може да бъдат пренебрегвани, приписвани на някой друг или определяни като добри или лоши. Да мислим по този начин е равнозначно на това да разглеждаме себе си като отделени от вселената. А ние сме едно с всичко и всяко събитие в живота ни има значение и смисъл. Затова е нужно да се доверим на тази съкровена връзка, да прочетем знаците, да разтълкуваме посланията, да станем отворени и приемащи всичко, което ни се случва. Има огромна мъдрост в това да живеем по този начин.

Като квантови воини ние имаме множество стратегии и средства да извлечем полза от всяка ситуация. По този начин ние обучаваме себе си в изкуството на живота. Докато практикуваме квантовата сила, ние започваме да осъзнаваме нещо изключително - нашето намерение да се пробудим е довело до нещо забележително. Играта изведнъж е оживяла по начин, който не бихме могли да очакваме, и са се появили много повече играчи, отколкото някога сме си представяли. Сега всяко нещо във вселената има възможността да стане част от нашата игра. Мрежата, миналото и бъдещето, хората, сънищата, събитията и знаците - всичко това е част от „нашата игра“, която играе и взаимодейства с нас по един изключително смислен начин. Така започваме да откриваме, че всяко нещо, с което си взаимодействаме, разговаря с нас, носи ни послание, благословия, нова възможност, зов... - нещо, което има смисъл за нас. Така животът ни става богат, цялостен, изпълнен с нюанси, прозрения и дълбок смисъл. А нашата способност да се вслушваме ни пробужда и започваме да разбираме своето място във вселена по един напълно нов начин.

10.

СЕДЕМТЕ ДИСЦИПЛИНИ

Посей действие и ще пожънеш навик, посей навик и ще пожънеш характер, посей характер и ще пожънеш съдба.

Джордж Дона Бордман

Като отдаваме внимание на десетте хиляди неща, които съставят живота ни, ние обещаваме да дадем и да бъдем най-доброто от себе си във всяка ситуация. Да бъдем най-доброто, на което сме способни, не означава да бъдем перфектни. Стремещът към съвършенство води до обратен ефект. Поради това той е ненужен, невротичен и ни повлича назад. Да бъдем най-доброто, на което сме способни, означава да отдадем напълно вниманието си на това кои сме и на нещата, с които се занимаваме. Правим най-доброто от себе си и оставяме другото да бъде изпълнено от вселената. Доверяваме се на тази свързаност и очакваме вселената да отговори на усилията ни.

Развиваме характера си, загърбваме дребнавостта, обучаваме ума си, слушаме живота си и се забавляваме. Да се забавляваме

не означава леност, а по-скоро един просветлен начин на живот. Това е една от нашите дисциплини. Във всеки момент от живота си е необходимо да бъдем осъзнати и активни в това, което се случва.

Да бъдем воини означава да живеем живота си с дисциплина. Това е ежедневната практика за прилагане на квантовите умения в живота. Дисциплината ни позволява да се превърнем в най-доброто, на което сме способни. Тя ни показва начина да се пробудим и да живеем пълноценно. Дисциплината ни освобождава от дребнавостта и некомпетентността и ни задава посока, цел. Като живеем по този начин, получаваме огромна свобода и изграждаме истински живот за себе си.

В ежедневните събития развиваме способностите си на воини и научаваме тайните на енергията. Енергията е навсякъде около нас, отвътре и отвън. Научаваме се да усещаме нейните приливи и отливи. Забелязваме как протича, когато действаме или мислим в различните случаи. Определени навици и действия увеличават нашата енергия, а други я намаляват, и ние можем да видим това. Избираме мислите, убежденията и действията, които увеличават енергията ни, способността ни да бъдем осъзнати, интуитивни и ги прилагаме с яснота и прецизност. Има седем практики, които увеличават ефективността ни, и които наричаме дисциплините на воина. Практикуването на тези дисциплини отваря един напълно нов свят и чрез тях научаваме майсторската хореография на енергията.

ПЪРВАТА ДИСЦИПЛИНА:

дебнене на вътрешния диалог

Първото препятствие, което е необходимо да преодолеем, е неспокойствието на собствения на ум и това доколко не осъзнаваме собствените си мисли. В тези две области действително е необходимо да се потрудим. Необходимо е да осъзнаваме как работи умът ни, докато не го наблюдаваме. Има само един начин да направим това и той е да дебнем ума си. Дебненето е важен инструмент за воина. Дебнем ума си по същия начин, по който ловецът дебне животното. За да издебне успешно дивото жи-вотно, ловецът трябва да се запознае с неговите навици и действия. Къде обича да ходи то? Какво го привлича или плаши? Ловците научават всичко възможно за животното, което ловуват. Правим същото със себе си като дебнем нашия вътрешен диалог, за да намерим неговия фокус. Чрез дебненето

откриваме къде сме неосъзнати и как енергията ни е уловена от неефективните навици. Дебнем себе си, за да опознаем себе си. Звучи ли странно? Да, дори е много странно. Ние сме сложни създания с четири различни области, всяка от които има собствени особености и готовност да се сражава за своята територия, така че е сложно да започнеш да опознаваш себе си.

Умът ни има много навици и много от тях не са полезни. Например, умът си говори сам почти постоянно. Ако се заслушахме внимателно, ще го чуем. За мен беше шокиращо първия път, когато открих почти постоянното бърбене вътре в себе си. Мислех, че познавам себе си, но не знаех това. Свикнали сме толкова много с вътрешното говорене, че дори често не го забелязваме. Като при по-стоянния звук от хладилника, към който така се настройваме, че в крайна сметка дори не го чуваме. Дебненето на вътрешния диалог е дисциплина, която цели да забележим за първи път тайната дискусия, която се води в нас. Това е разговорът ни със себе си: *„Денят е твърде студен, твърде горещ; Нуждая се от още пари; Боб е глупак; Нужно е да се храня по-добре; да сваля килограмите; Нека ми се да имах повече време; Нещата са толкова скъпи; Не ми хареса вкуса на това; Надявам се времето да е по-хубаво утре...”* Когато оценяваме или коментираме по този начин, ние губим енергия.

Това постоянно говорене със себе си е истински проблем. Вътрешният диалог разсейва, отвлича ни от настоящия момент. Объркваме сами себе си, когато мислите ни се сменят непрекъснато, без цел или посока. В един и същ ден можем да преминем от отчаянието до екстаза, както и през всички нюанси между тях. Можем да бъдем щастливи, нещастни, отегчени, притеснени, уплашени, тъжни, разочаровани, а след това отново щастливи, само в рамките на няколко часа, в зависимост от вътрешния диалог, който водим със себе си. Живота по този начин не ни осигурява вътрешна стабилност, нито пространство, в което да намерим мир и спокойствие в увереността за това, което сме. Не ни осигурява и доверие в ритъма на живота, нито сигурност в законите на вселената, а само едно безкрайно мислене.

Когато открием вътрешният диалог, ние разкриваме и много за себе си. Дебнали няколко дни или седмици, откриваме модели и теми, които се повтарят, а да знаем това е много полезно. В крайна сметка, осъзнаваме колко смешно е това постоянно мислене, колко крайно неефективно и самосаботиращо е вътрешното говорене. Започваме да подозираме, че този

постоянен вътрешен диалог несъмнено ни възпрепятства. Така е и на практика.

За повечето от нас е изненада да установим, че съществува вътрешен диалог, вътрешен глас, който коментира и има мнение за всичко. Заслушайте се внимателно, когато го откриете. Какво казва той? Нещо позитивно ли е, или негативно? Какви са най-любимите му въпроси и теми в момента? Критичен ли е към вас, или някой друг? Към кого е критичен? Какво го движи? Има ли ритуал или някакъв модел, който той следва? Кога е най-активен? Дебненето и внимателното вслушване разкриват тези неща.

Постоянното бърборене на ума има хипнотизиращ ефект. Ставаме пленници на мислите, заловени в собствения си капан на измамните брътвежи. И ако тази илюзия не е реална в някакъв абсолютен смисъл, то за тялото и подсъзнанието ни е съвсем истинска. Безкрайното бърборене приспива мозъка, кара го да мързелува. Но реакция има и всяка наша клетка. Ако имаме въображаем спор с някого в съзнанието си, тялото реагира по абсолютно същия начин, по който би действало при реален спор - чувства се след това стресирано и емоционално изтощено.

С вътрешното говорене поддържахме и своите ограничения, подхранвайки ги непрестанно с енергията на бърборенето. Каквито и слабости и рани да имаме, те се подсилват, защото продължително се фокусираме върху тях. Страховете се увеличават и се вкореняват в нас, проблемите се нарастват, взаимоотношенията се влошават. И всичко това - въз основа на въображаеми разговори и сблъсъци, които се случват в нашия мозък. Да сме пленници на ума по този начин ни прави слаби. Думата „пленен“ звучи като митично описание, но е много точна, отколкото си мислим. Не сме родени, за да живеем живота като пленници на ума си. Това не е начин, по който човек да живее.

Дебненето позволява да видим истински себе си за първи път. То разкрива сенчестите ни страни, както и онези черти, които сме игнорирали или не сме осъзнавали. Виждаме как определени навици - отлагането на нещата или липсата на въображение, ни водят до ситуации, от които няма полза, или как наша дребнавост ни прави по-слаби. Ако редовно дебнем ума си, след месец бихме могли да виждаме и разбираме всички аспекти, които преди това са ни били неизвестни. Като човек, който редовно е „дебнел“, мога да кажа, че с тази практика се научава много.

Дебненето развива огромно уважение към задачата да сме воини и да търсим пробуждане. Ставаме все по-осъзнати за това, колко непознати сме си, и осмисляме за първи път задачата пред себе си - да получим контрол над тези неразбрани части от себе си. Дебненето развива също така съпричастност към другите. Започваме да подозираме, че както ние, така и повечето от тях действат неосъзнато. По този начин ставаме по-склонни да прощаваме и добиваме в себе си желание за щедрост към другите. Случи ли се това, вече сме на правилната пътека и знаем, че пътят ни прави по-зрели. С практика научаваме себе си да се освобождаваме от съдене, успокояваме вътрешното бърборене и просто сме себе си, каквото и да се случва. Тогава осъзнаваме, че това е един много по-спокоен начин на живот.

ВТОРАТА ДИСЦИПЛИНА:

премахване на излишното

Няма време за дребнавост в живота, още по-малко в живота на един воин. Издребняването ни прави слаби и изпива енергията ни. Необходимо е сме бдителни, когато се натъкваме на ситуации, в които сме дребнави, и да търсим стратегии за тяхното елиминиране.

Първото излишно нещо, за което е необходимо да следим себе си, е високото самомнение или пък самосъжаление. Всеки от нас има склонност към едното или към другото. И нереално високата самооценка, и самосъжалението, означават, че умът е прекалено ангажиран със себе си. Трябва да знаем, че няма нищо, от което да се чувстваме прекалено горди, независимо за колко силни, богати или красиви се мислим. Няма и нищо, от което да се срамуваме, обезкуражаваме или съжаляваме, без значение колко слаби или нещастни се чувстваме. Премахването на самосъжалението/високото самомнение освобождава енергията, затворена от тях, и ѝ позволява да протича в други области на живота ни. Без самосъжалението или; самомнението, дърпащи ни назад, можем да се успокоим и просто да бъдем себе си.

Също така е нужно да изхвърлим излишни неща като тревога, страх, омраза, критичност, или който и да е друг навик, изчерпващ енергията ни. Дебненето ни позволява да видим ума си в действие и чрез него можем да определим излишните навици, които имаме. Половин час тревога, например, може да ни изтощи за часове напред. Освен това привличаме към себе си всичко, за което се тревожим. Тревогата означава да се

фокусираме върху онова, което не желаем да се случи, давайки на тези деструктивни представи енергия и сила. Защо бихме правили това? Правим го най-вече, защото не разбираме последствията, до които ни води. Понякога се случва, защото ни мързи и не желаем да положим усилия и да променим енергията си. Много хора не са готови да се променят, чувстват се комфортно със своите рани, недоволство, възмущение и ограничения, на които дори се радват. Може би и ние сме като тях? Повечето изпадат в някакъв вид дребнавост, която дори не осъзнават.

Премахването на дребнавостта означава да елиминираме безпокойството от живота си. Това, обаче, не значи да не мислим за положението си и да не предприемаме адекватни действия, за промяна на нежеланите ситуации. Няма да станем наивни, ако премахнем безпокойството, а просто ще осъзнаем, че то има винаги обратен ефект. Същото е и при страха - страхът е безпокойство в крайна степен. Той е състояние, което е изключително вредно. Осакавява ни ментално и има токсичен ефект за тялото. Страхът е необходимо да бъде разпознаван в ранните му стадии и да се вземат мерки за противодействие. Елиминиране на страха може да стане, като тренираме ума си да се фокусира върху позитивното в онова, за което се тревожим. Страхът се проявява, само ако не сме бдителни и му позволим да пусне корени в нас. Има един обикновен метод, който премахва страха и тревогата. Започваме с осъзнаването, че собствената мисъл дава енергия на страха и тревогата и без това мислене, те не могат да съществуват. Това е критична точка. Без подкрепата на енергията от мислите, страхът няма как да издържи. Както огънят угасва, когато му отнемем кислорода или горивото, така елиминираме и страха и тревогата, като не им отдаваме енергия. Фокусираме се върху обратното, което те ни казват, и това отнема силата им. Измамно просто, логически обосновано и фундаментално вярно от гледната точка на квантовата перспектива.

Ако сме честни със себе си, ще признаем, че със страховете ни са свързани две неща. Или сме мързеливи и отказваме да предоставим на ума си правилни мисли, или не вярваме в законите на вселената, виждайки себе си като отделени от всичко останало. Невъзможно е да се страхуваме или тревожим, ако практикуваме квантовите методи на ума и се доверяваме на връзката ни с вселената. Ако даваме най-доброто от себе си във всяка ситуация, тъчем мрежата си от мисли, ставаме истински активни в действията си, променяме това, което има нужда да

бъде променено, то от нас не се очаква нищо повече. След като сме го свършили, дали най-доброто от себе си, можем да се успокоим, като вярваме, че независимо какво се случва, вселената ще ни разкрие необходимото. Като вярваме изцяло.

Критичността е друг излишен навик, който е нужно да премахнем. Чрез дебненето можем да установим, че когато сме критични към другите, впоследствие се чувстваме по-слаби и изтощени. Не мислете за критичността от гледна точка на морална, социална или духовна страна, въпреки, че съществуват и тези аспекти. В случая отбелязваме само „енергийната“ перспектива, тоест дали енергията ни се повишава или намалява, критикувайки себе си и другите. Подсъзнанието регистрира цялата критичност и я отразява в нас. Ако критичността се е превърнала в навик, подсъзнанието критикува всяка ситуация, защото това е моделът, който сме задавали. По същия начин, ако се стараем да се отнасяме добре с хората, да виждаме техните положителни страни, да желаем най-доброто за тях, това също се превръща в навик - подсъзнанието го регистрира и работи в тази посока.

Наша отговорност е да следим самосъжалението, безпокойството, страха и критичността - всяко нещо, което отслабва енергията ни, като си даваме сметка кога се отдаваме на подобен начин на мислене. Всяка мисъл, убеждение или отношение, което изпитваме, има индивидуална вибрация, собствен енергиен подпис, който се отразява на цялата мрежа, идентифицирайки ни с тази вибрация. Ние сме отговорни за мислите в мозъка.

Исус е знаел как да променя енергията, всъщност дори е бил майстор в това, и учението му разкрива неговите неортодоксални методи: „Отговорете с добро на злото. С любов на омразата“. Спомням си, че когато за първи път чух този израз преди много години, се запитах защо някой би направил това. Изглеждаше ми смешно или най-малкото изключително наивно. Мислех, че ако срещнеш зло, е добре да се бориш с него с всички средства. Че ако някой те мрази и прави ужасни неща, имаш много възможности, но да го обичаш определено не е една от тях. Сега разбирането ми е много по-дълбоко и виждам тези методи като възможност за промяна на енергията, поради което те придобиват друг смисъл. Изведнъж започват да изглеждат като брилянтна стратегия. Няма нещо особено в тези практики - те са проникателен начин за работа с енергията. Това е начин да избягаш от възможността за плен на злото или омразата. От

гледна точка на война, е вдъхновяваща тактическа маневра.

Всъщност, ако премахнем догматизма на повечето духовни учения, на които сме учени, ще открием, че те са просто просвещаващи начини да работим с енергия. Добра идея е да преразгледаме всички духовни учения, които сме сметнали за непрактични, и да ги изучим отново с това ново разбиране. Прилагането на тези методи в живота ни има потенциала да ни излекува и да ни направи силни на всички нива. В светлината на това откритие ще имаме нужда да преразгледаме и начина, по който взаимодействаме с другите. Очевидно има нещо, което сме пропускали досега.

Например, нека предположим, че сме ядосани на някого и сме прекратили контактите си с него. Можем да се чувстваме прави в гнева си. Гневът, възмущението, омразата и горчивината са винаги изпълнени с чувството за правотата на негодуванието ни, със стичането на обстоятелствата, реални или въображаеми, които разглеждаме в ума си. Позволяваме на гнева да вибрира в нас и ставаме уязвими всеки път, когато си помислим за конкретния човек. Вероятно вътрешният ни диалог взема превес и стигаме да множество измислени срещи с този човек - неприятни и уязвяващи ни.

От енергийна гледна точка има голям смисъл да простим на този човек, дори да не искаме. Когато прощаваме на някого, заключената енергия в гнева, омразата или възмущението се освобождава и може да бъде използвана по друг начин. Прощката освобождава пленената енергия и ни прави по-силни. Ползата от прощката винаги отива при този, който прощава, а не при този, на когото е простено. Има мъдрост в това да живеем по този начин. Когато изхвърлим излишното, ние ставаме по-силни.

ТРЕТАТА ДИСЦИПЛИНА:

събиране моменти на радост, забавление и красота

Събираме моменти на радост, забавление и красота, защото това ни прави силни. Прахосничество и неуважение е да не се радваме и да не оценяваме обикновените ежедневни удоволствия на живота. Ако правим това, значи сме неосъзнати, невротични, пленени от дребнавостите или изгубени в ума си. Необходимо е да опитаме да бъдем щастливи и да се радваме на живота, това е добрият начин на живот. Когато се наслаждаваме на моментите на щастие и красота, се чувстваме по-добре, имаме повече

енергия и ставаме по-осъзнати. Радостта, забавлението и красотата досега не са били считани за енергийни ресурси, но с развитието на квантовото ни разбиране те добиват нов смисъл. Откриваме, че всичко е енергия и събирането на тези моменти ни прави много по-жизнени.

Вселената ни стимулира да се забавляваме. Това е ясно от факта, че получаваме енергия, когато сме радостни. Вселената ни насърчава да повишим своята енергия и направим енергийните си ресурси желани и носещи удоволствие. Така, както размножаването е създадено да носи удоволствие, за да осигури съществуването на видовете, така и когато сме щастливи, радваме се, забавляваме се и оце-няваме себе си, получаваме за награда повишена енергия. Създадени сме, за да се ползваме от тези източници, но сме забравили тази си потребност от забавление и удоволствие. Пленени от мисленето, сме се загубили в ангажиментите и сме потънали в неща, които считаме за по-важни.

През 2000 г. написах прекрасната книга ***Практика на щастието***. За моя изненада хората непрестанно изказваха заглавието погрешно. Объркваха думите „практика" и „преследване", и когато разговаряха с мен, наричаха книгата ***Преследване на щастието***.

„Не е ***Преследване на щастието***, казвах им аз внимателно, а ***Практика на щастието***". Дотолкова ни е втълпена идеята, че е нужно да преследваме нещата, за да ги постигнем, че тази грешка на езика се случваше отново и отново, независимо, че книгата стоеше пред очите им. А точно противоположна е и идеята на книгата - не преследваме щастието, а го практикуваме ежедневно. Радостта, забавлението и красотата е необходимо да се практикуват.

Всеки от нас носи отговорността да се чувства добре. Няма смисъл да чакаме животът ни да се промени по някакъв драстичен начин, за да бъдем щастливи. Ние получаваме радост и красота като се забавляваме с обикновените ежедневни удоволствия, които сме игнорирали и пропускали до този момент. Правим щастието си своя отговорност. Един начин да го направим, е чрез оценяването по достойнство на „съвършените малки моменти". Това са моменти, съдържащи радост, забавление и красота, и няма нужда от нищо друго, за да почувстваме щастието. Оставяме се изцяло на тези моменти и им позволяваме да ни изпълнят с емоцията от преживяването им. Да си вземем

душ, да поговорим с приятел, да четем хубава книга, да заспим, когато сме изморени, да погледаме луната, да чуем детски смях, да се зарадваме на хубава храна, да погледаме полета на птица... Толкова много „съвършени малки моменти". Ние ги получаваме, когато отдадем напълно вниманието си в момента на тяхното случване. Всеки нов ден ни носи нова реколта, която да ожънем. Намираме и практикуваме радостта, забавлението и красотата в ежедневните ни преживявания.

Да живеем по този начин е фундаментална промяна в подхода ни към живота. Разглеждаме само един ден наведнъж, едно преживяване наведнъж. Отказваме се от всичките си мисли в името на това да имаме щастлив и пълноценен живот. Може да звучи странно, но всъщност е важно да го направим. Точно, когато имаме истинска нужда животът ни да е щастлив и пълноценен, ние по естествен път се притесняваме и разочароваме, защото умът ни е решил, че случващото се не отговаря на това. Животът е дълго и сложно пътуване. Да го направим целия щастлив и пълноценен е обезсърчаваща задача, която ни съкрушава, когато се замислим за нея. Но, ако наблягаме на удоволствието от моментите на красота, радост и щастие ежедневно, ще улесним живота си. Така започваме да живеем живота си ден след ден като оценяваме малките неща и сме щастливи. А това ни поддържа ден след ден и ние сме в хармония с простотата на ежедневния живот.

ЧЕТВЪРТАТА ДИСЦИПЛИНА:

концентрация

Има един урок преди всички останали, на който ни учи квантовата реалност, и това е, че съществува единствено моментът „сега". От квантова гледна точка един час може да е равен на цяла вечност. Всичко се случва сега. До степенята, в която можем да живеем живота си миг след миг, ден след ден, напълно присъстващи в ситуацията, ние прозираме същността на най-великата загадка: животът може да се изживява само момент след момент. „Сега" е всичко, което някога ще имаме. Сегашният момент е блестящото бижу на нашето съществуване. „Сега" е практиката да допуснем до себе си всеки настоящ момент, да дадем на всеки ден да бъде това, което е, без нуждата от нещо друго, което да направи живота ни цялостен. Практикуваме това да присъстваме напълно в настоящия момент и приемаме всяко уникално „сега" като специално разгръщане на нашата реалност. В десетте хиляди неща, които съставят живота ни, играем играта

момент след момент. Ако опитаме да играем по друг начин, ние губим себе си.

Този подход наподобява много практиките на Дзен будизма. В него всеки миг, всеки ден, се преживяват директно, и ние ги оценяваме заради това, което са, а не заради това, което си мислим, че би трябвало да бъдат. Всичко, което ни се случва, е част от вселенското разгръщане, дори нещата, които не харесваме и не ни удовлетворяват.

Има фундаментална мъдрост в това да живеем живота си момент след момент, ден след ден. Всеки момент е напълно различен от предходния и от предстоящия. Ако не се отдадем на момента, той ще си отиде завинаги и ние ще сме го пропуснали. Дзен учителят Филип Капли заявява ясно, че *„Ако не се научим да забелязваме тайната и красотата на настоящия ни живот, на настоящия на миг, ние никога няма да усетим смисъла на който и да е живот, на който и да е миг.“*⁹⁶

Концентрацията ни позволява моментът, който изживяваме, да бъде достатъчен за нас. Дори неприятните ситуации е необходимо да се приемат, защото те също са част от живота ни. А това е една просветлена осъзнатост, която ни помага да оценим приятните неща и да приемем нещастията, изживявайки всичко такова, каквото е, без да се чувстваме съкрушени. Концентрацията се случва, когато умът ни не е отрупан с оценки за добро или зло, приятно и неприятно, а просто присъства в мига.

Брат Лоранс⁹⁷, християнски мистик, просвещавал себе си чрез ежедневната работа в кухнята на манастира. Той не виждал нужда да ходи до църквата, за да се моли в определеното време, тъй като чувствал, че това отнема време от задълженията му в кухнята. Той чувствал присъствието на Бог толкова силно в кухнята, колкото и в църквата. Ние също можем да живеем по този начин. Можем да осъзнаваме себе си, докато мием чиниите, изхвърляме боклука, грижим се за децата, приключваме сделка в работата, тренираме в салона, посещаваме болен приятел... Всичко, което правим, може да

⁹⁶ Philip Kapleau, *The Three Pillars of Zen* (London: Rider & Co. Ltd., 1965), 183. ⁹⁷ Брат Лоурънс (1614 – 12 февр.1691) служил като мирянин в манастира на Кармелитите в Париж. Неговите размисления върху божественото са записани в *„Практика на присъствието на Бога“* от отец Джоузеф де Бюфорт (*The Practice of the Presence of God* by

бъде полезно, ако го правим осъзнато. Необходимо е да внесем уважение и достойнство към всяко действие, което изпълняваме. Нашите задължения и отговорности стават средствата, чрез които почитаме пътешествието на собствения си живот. Независимо дали сме сервитьорки, продавачи, медицински сестри, художници, предприемачи, ученици, майки без работа, улични чистачи или президенти на фирма, ние използваме тези свои умения като възможности за осъзнаване.

Една ценна практика, която можем да включим в нашето обучение, е медитацията, която всъщност е практиката да не мислим. Целта на медитацията е да спрем непрестанния поток на мислите в главата си. Това е трудно първоначално, но с практиката си изясняваме и осъзнаваме процеса. Медитацията също така ни позволява да се свържем с по-дълбинни части от себе си. Дълго време аз бях привлечен от медитативните практики на Дзен будизма, поради простата причина, че Дзен е полярна противоположност на силата на мисълта. Силата на мисълта е да мислиш определени неща и да ги насочваш към определена цел. Практикуването на медитацията не е свързано с това да изживеем живота си директно, без филтрите и определенията на мислите, мненията и оценките. И двата начина носят своята мъдрост. Има множество прекрасни техники за медитиране и за нас е добре да намерим тази, която най-точно ни пасва, и да я превърнем в практика на живота си.⁹⁸

Последният аспект на концентрацията е да си спомняме винаги кои сме и защо сме тук. Всеки ден е нужно да си напомняме, че сме квантови воители с ум, тяло, подсъзнание и душа. Ние сме прекрасни същности от мисъл и енергия, тръгнали по необикновената пътека на своето пробуждане. Като воители се отнасяме със себе си с чувство на достойнство и възвишеност, като планина или огромен кедър, и с усещане за връзка с вселената. Няма арогантност в това усещане, а по-скоро дълбоко осъзнаване за красотата и чудото на човешкото съществуване. Уважаваме възможността, която ни е дадена, приемаме всяко ново обстоятелство - малко или голямо, вълнуващо или плашещо - като възможност за самоосъзнаване. Всички обстоятелства в нашия живот е необходимо да разглеждаме в този контекст - така никога не губим усещането си за това, което е важно, и за това, което не е.

ПЕТАТА ДИСЦИПЛИНА:

развиване на характера

В крайна сметка не е важно само това, което мислим и правим, а и това, което сме. Това, което сме, създава уникална честота, преминаваща през цялата енергийна мрежа. Вселената приема, оценява достойно това, което сме. Всички качества, които имаме - и положителни, и отрицателни, се отразяват в мрежата и ни идентифицират в нея с нашата вибрация. Това, което сме, има значение в огромната схема на нещата.

Да развием характер е практиката на претворяване на себе си в човека, който желаем да бъдем. С нашето квантово разбиране вече знаем, че можем да направим или станем всичко, така че се освобождаваме от предишните си ограничения и вземаме качествата, които най-добре пасват на новата ни представа. Няма по-голямо доказателство за чудото да бъдем хора, отколкото е това да знаем, че имаме способността да претворяваме себе си точно така, както избираме да го направим. Каквито и качества и характеристики да си представим, можем да ги получим чрез фокусиране и практика. Смелост, проникателност, изобретателност, дисциплина, щедрост, вяра, състрадание - всичко това може да бъде наше, както и много други качества. Няма ограничения за това, което можем да направим. Дисциплината за развиване на характер е ново креативно умение, което използваме, за да пресъздадем себе си. Добър въпрос, който можем да си зададем, е „Кое качество би променило живота ми по един пълноценен начин, ако го притежавам?" От това можем да тръгнем. Няма значение на каква възраст сме или в какво положение се намираме, за да направим най-доброто, на което сме способни. Нашата сега осветена сенчеста страна съдържа всички положителни качества, които желаем и е нужно да придобием. Те са вътре в нас, очакващи нашето внимание, за да ги въведем в живота си. Наша възможност и отговорност е да им позволим да засветят.

Вече говорих за дисциплината да премахнем дребнавостите, но тогава какво идва на тяхно място? Природата не търпи вакуум и заради това замества елиминираното с нещо друго. Това всъщност е в наша полза, защото ни дава несравнимата възможност да заменим дребнавостта с противоположното качество и то да стане нашата нова вибрация. Унищожаваме самосъжалението и го заменяме с благодарност. Отказваме се от завишеното си самомнение и развиваме смирение. Превръщаме тревогата в увереност, страха във вяра. Елиминираме алчността и я заменяме с щедрост, мързела с

98 Има много методи на медитация. Активната медитация представлява навлизане в дълбоки вътрешни размишления. Практикуващият обучава ума си в такива модели на осъзнаване, които да му донесат полза. Това е пътят на квантовия воин. Пасивната медитация означава да спрем непрестанния поток от мислите в съзнанието си. И двете практики са изключително ценни в обучението на ума.

дисциплина. Действаме целенасочено, за да променим това, което сме. И това няма да се случи за един ден или с щракване на пръстите, а когато се посветим на желанието си.

Изследваме навиците, които имаме в момента, и питаме себе си дали ни служат добре. Отговарят ли на интересите ни? Помагат ли на другите? Развиването на характер е начин за промяна на енергията ни и превръщането ни в най-доброто, на което сме способни. Започваме да разбираме потенциала си да се развиваме. А способността ни да изпълняваме най-добрите си намерения и да вършим велики дела зависи от това, което сме.

Необходимо е да започнем веднага да разкриваме енергийните възможности на съчувствието, щедростта, вярата, благодарността. Благодарността, например, има много специфична енергия, която е изключително полезна за нас. Когато живеем с благодарност, ние извисяваме себе си. Има тайна енергия в благодарността, която не се разбира от всички. Каквото и да оценяваме и да му благодарим, то ще се увеличи. Ценете високо и отдавайте благодарност за доброто си здраве и то ще се подсили. Ценете и благодарете за изобилието и то ще увеличи. От енергийна гледна точка благодарността е една от най-мощните вибрации, до които можем да достигнем.

Смелостта, съчувствието, самодисциплината, щедростта, увереността, вярата, изобретателността, издръжливостта - всички те имат собствена енергийна вибрация и съществуват за нас като възможности. Разбира се, съществуват и много други възможности. Необходимо е да плетем мрежата ежедневно с образите на качествата, които желаем да придобием като зададем на подсъзнанието си ясни модели на работа.

Развиването на характер не е абстрактно понятие, а истинска практика на живота. В нашето взаимодействие с другите можем да видим как се справяме с трудните ситуации, да разберем предизвикателствата и възможностите на ежедневието, в което показваме кои сме всъщност. Чрез поставянето ни в ситуации, които изискват най-доброто от нас, играта винаги ни дава

възможности да подобрим себе си. Необходимо ни е да бъдем предизвиквани в действителни ситуации от живота, за да проверим дали характерът ни е стабилен или не. Не бива да се оплакваме, когато това се случва, защото чрез този процес ние изграждаме характера си и ставаме силни.

ШЕСТАТА ДИСЦИПЛИНА:

водене на дневник

Развиването на характер, премахването на дребнавостите, записването на сънищата, плетенето на мрежата, запечатването на убеждения - всички те правят живота на война пълноценен, разнообразен, пълен с възможности. Необходимо е да тренираме ежедневно, защото разбираме стойността на обучението, когато изпитваме неговите резултати в ежедневието си. И винаги сме бдителни и на-блюдаваме дали умът ни не хитрува. Не бива да сваляме защитата си и затова записваме, за да си осигурим ясно разбиране за това къде се намираме и какво се случва в живота ни. По този начин не е нужно да се допитваме до ума си да ни каже тези неща.

Дневникът е изключително необходимо средство, защото пази споразуменията между нас и ума ни честни. Без дневник е сигурно, че ще паднем в капана на това да не тренираме. Квантовата умствена сила може лесно да се превърне в понятие или философия. Да я превърнем обаче в ежедневна практика е много по-трудно и за това е необходимо да внимаваме. Ежедневното водене на дневник ни позволява да проследяваме собствените си стъпки. Това ни показва дали правим упражненията си или не, а и можем да записваме своите прозрения, сънища и вътрешни пътешествия. Всяка седмица правим списък с упражненията, които възнамеряваме да правим през нея. Необходимо е да сме много точни, да напишем кои утвърждения ще използваме, кои визуализации, каква енергия ще привлечем, какви убеждения запечатваме, какво възнамеряваме, върху какви дребнави работим. Записваме всичко. Възможно е да сме изпитвали критичност или самосъжаление днес, така че ги записваме. Отразяваме всяко упражнение, което сме направили. Записваме нашите прозрения. По този начин, когато отворим дневника си, виждаме точно върху какво работим.

Необходимо е да ви предупредя - дори най-добрите ви намерения ще бъдат подлагани на изпитания отново и отново. Не подценявайте и за момент отлагането, инерцията и летаргията. В

своите семинари аз съм намерил име за тази склонност - Великият мошеник, защото умът ни действително е такъв. Умът ни е извънредно изобретателен, когато е нужно да измисли добри причини да не правите упражненията. Това включва всичко от „Твърде съм зает“ до „Изморен съм“, „Няма всъщност значение дали ще ги правя или не“ и т.н. Умът по принцип е мързелив, недисциплиниран и като цяло незаинтересован в това „да бъде свършена работата“. Нужно е многократно да си напомняме, че ние не сме нашият ум, и да се изправим пред факта, че умът ни първоначално ще се противопостави на всички опити да го дисциплинираме. Не си мислете, че само защото сте взели решението да практикувате редовно, умът ви няма да ви излъже и отклони от това намерение. Много по-вероятно е умът да започне да мисли за всякакви неща, противоположни на съставения списък от мисли и понятия, върху които да разсъждава. Умът ни винаги мисли по свой собствен начин, със собствени предпочитания, и така желае и да продължава. Само чрез дисциплина, трениране и повторение на практиките това може да се промени. Ежедневното водене на дневник става една от най-важните дисциплини, която показва ясно чрез нашата редовност (или липса на такава) как се развиваме в обучението си.

Отнема само няколко минути на ден, а чрез ежедневното водене на дневника и последователността в това, ние развиваме силата на волята си. Спазването на обещанията към себе си е важен навик, който е необходимо да развием. Можем да мислим, че е възможно да тренираме ума си и да правим упражненията без записването им, но опитът показва, че не е така. Започваме да се отклоняваме и преди да сме го разбрали се връщаме към стария навик да не правим упражненията. Откъде го знам ли? Защото съм го преживявал много пъти и също така десетилетия преподавам тази система, така че знам основните препятствия, които начинаещите, а и напредналите, срещат в ежедневната практика. Затова го приеми от някой, който е професионалист в тази система - имате нужда от дневник, ако желаете най-добрите резултати.

Интересно е, че открих следната записка в дневника си наскоро: „Доверявай се само на дневника. Не се доверявай на най-добрите си намерения. Не се доверявай на ума. Доверявай се само на дневника.“ Да, аз също се отклонявам и отвличам от тренировките. Това беше написано след период, в който не бях правил упражнения. Записката го казва ясно. Можем да излъжем себе си, но дневникът не лъже. Той не може да излъже. Записките и липсата на такива ще ни кажат много. Също така ще можем да

усетим спада или раздвижването на собственото си съзнание, което е много ценно. Всеки от нас има собствени ритми и цикли, които не бихме забелязали, ако водим дневник. Като приливите в океана, нашето съзнание има собствени тайни потоци, които можем да открием чрез дневника си и да разберем как работят в живота ни. Като воители ние се посвещаваме на това да бъдем най-доброто, на което сме способни, и само чрез дневните тренировки можем да го постигнем.

СЕДМАТА ДИСЦИПЛИНА:

оплитане на мрежата

На моите уъркшоупи не е нещо необичновено да повтарям закони и понятия по няколко различни начина, така че умът да може да ги разбере от различни перспективи. Повторението е ключът към невропластичността и достигането до подсъзнанието. Така че е нужно да си напомняме много пъти кои сме и защо играем на монопол и на космическата игра.

Нека започнем с първите принципи: ние сме квантови воители и за нас всичко е възможно. Квантовите закони са нашата основа и когато размишляваме върху тях, получаваме по-дълбоко разбиране, виждайки ясно как оплитаме мрежата. Ние плетем мрежата с нашите действия, мисли, думи, убеждения и намерения. Върху каквото се фокусираме, това и привличаме. Въпреки че тези понятия може да са ни звучали странно в началото, те сега изглеждат направо очевидни. Това ни показва колко много сме напреднали. Разсъждаваме върху квантовите закони и те се превръщат в закони на силата за нас, докато плетем мрежата на това, което сме. Използваме квантовото поддръждане, за да се свържем в съзнанието си с енергийната вибрация, която желаем да използваме. Знаем как съзнанието и енергията работят заедно, така че използваме тези сили, за да ги проявим в живота си. Всичко това е плетене на мрежата и е необходимо да я плетем ежедневно, защото това е една от нашите дисциплини.

Това са очевидните начини, но всъщност всичко, което правим, плете мрежата. Развиването на характер, премахването на дребнавостите плетат мрежата. Същото правят оживлението и щастиято. Няма нищо, което можем да кажем или направим, което да не плете мрежата. Разсъждаването върху квантовите максими плете мрежата, самосъжалението плете мрежата, критикуването на другите също. Ние постоянно плетем мрежата

не само чрез това, което мислим или правим, но също и чрез това, което сме. Това е великото осъзнаване, до което достига всеки, занимаващ се с тези практики. Ние сме част от енергийната мрежа и постоянно комуникираме с нея. Няма момент в живота ни, в който да не плетем мрежата. Мрежата се плете с всяка наша мисъл и дъх, а това е поразително осъзнаване.

Споменах в предишна глава, че 20-30 минути практикуване на умствената сила дневно ще доведат до изключителни резултати, и това е вярно. Това е, което аз наричам официалното практикуване на квантовата умствена сила, но има също и неофициално. То започва, когато отворим очите си сутрин и приключва, когато ги затваряме вечер. Неофициалното практикуване се състои в това как мислим и действаме в десетте хиляди неща, които съставят живота ни. Как реагираме, когато някой ни обиди, как мисли умът ни, когато мием чинии или шофираме, как отговаряме на молбите на другите, как усвояваме уроците от свещените рани - всичко това е неофициално практикуване. В този смисъл животът ни е наша практика, а практиката никога не спира. Призовани сме да изживеем всеки момент по най-добрия начин и да бъдем воители, дори когато го забравяме и изпаднем в дребнавостите. Нашият живот става продължителна практика и откриваме велика радост и свобода като живеем по този начин.

Тези дисциплини на воина променят естествено нашата вибрация и тази промяна се предава във всеки аспект на живота ни. С огромно въодушевление откриваме, че практикуването на тези дисциплини повишава жизнеността ни, умствения ни капацитет и способности. Забелязваме, че сме в много по-голяма степен в мир със себе си и че всичко, което ни се случва, има смисъл. Ако имаме житейски проблеми (а кой няма?), повишената ни осъзнатост и жизненост ни дават способността да се справим с тези проблеми. Промяната в нашите вибрации повишава проникателността ни, което води до по-добри избори и действия. С покачването на жизнената ни енергия всичко в нас се забързва, ние постигаме повече, чувстваме се по-добре и ставаме все по-интуитивни и свързани. Също така усещаме себе си „в потока“ и имаме чувство за оживление, което ни съпътства навсякъде. Това е пътят на квантовия воин, а той определено е добър път.

Всички сме обединени около това, че теорията е откачена. Това, което ни разединява, е дали е достатъчно откачена, за да има шанс да е истина»

Нилс Бор

Откакто се помня, винаги съм бил необикновено очарован от времето. По някаква странна причина нормалното преминаване на времето все ме е озадачавало. Чудил съм се често как така преживяванията ни могат просто да изчезнат в „миналото“ и да не съществуват повече. Съпругата ми ме е чувала да казвам стотици пъти „И сега то е в миналото“, свързано със събитие, което току-що сме изпитали и което в момента бе мистериозно изчезнало в празнотата, наречена минало, за да не се появи повече. Никога не разбрах защо движението на времето ме очароваше до такава степен, но сега вече знам. Интуитивно винаги съм знаел, че времето е различно от това, което изглежда, и изпитах странността му много силно няколко пъти.

Първото събитие се случи в лекторската зала във Ванкувър през 2001 г. Докато слизах от сцената, току-що приключил речта си, моят вътрешен глас ми каза ясно „Инвестициите ти ще се отплатят.“ Тогава не мислех за това и гласът ме стресна както с яснотата, така и със сигурността си. Отидох до края на аудиторията, отговарях на въпроси, подписвах книги, но през цялото време се интересувах от това, което току-що беше станало.

Нека ви разкажа какво се случваше с мен по това време. Бях направил сериозна инвестиция в няколко книжарници, която се оказва изключително несползотворна.

За три седмици бях загубил над 100 000 долара и по всяка вероятност щях да загубя още. Естествено, аз се притеснявах, но това притеснение излезе от главата ми в мига, в който слязох от сцената. Вътрешният ми глас винаги ме водеше в правилната посока. Това, което грабна вниманието ми в онзи момент, беше, че гласът предсказваше уверено бъдещето по много специфичен начин.

Нещото, което ме интригуваше следващите седмици, беше как вътрешният ми глас бе толкова сигурен? Дали той знаеше какво ще стане в бъдеще, и ако е така - как? Дали бъдещето вече се е

случило в друго измерение, и ако е така, дали всичко е предопределено? Ами свободната воля? Всичко това ми се струваше много объркващо.

Продължавах да губя пари следващите седмици, но бях някак странно убеден, че всичко ще се нареди. След около месец инвестицията ми спря да губи пари и нещата се обърнаха, а три месеца по-късно не само си бях върнал парите, но и бях спечелил 100 000 долара отгоре. Гласът беше прав. Той знаеше. Но въпросът беше как точно знаеше?

Времето е толкова фундаментално за ежедневните ни преживявания, че ние се противопоставяме на всеки опит да променим гледната си точка за него, въпреки че физиците ни казват от вече сто години, че времето е много по-различно от това, което си представяме. Все още се придържаме към модела на Нютон за абсолютното време и пространство, въпреки че теорията не е актуална. Виждаме живота си като низ от събития, в който едно събитие следва друго, и е лесно да разберем защо се

99 Изказване на физикът Нилс Бор, един от основоположниците на квантовата теория, коментирайки труд на свой колега. случва така - така се струва на нашите пет сетива. Всичко изглежда линеарно, кохерентно и случващо се в определен ред - едно събитие следва друго. И това действително е валидно за пространствено- времевото измерението, с което сме свикнали. В квантовата реалност обаче, където съществуваме като енергийни вибрации, физиката ни казва, че се случва нещо съвсем различно. Колкото и странно да звучи, в квантовото време минало, настояще и бъдеще съществуват едновременно и са взаимозаменяеми.

Времето винаги е озадачавало физиците като дори велият Айнщайн се сблъскал с неразрешимите му загадки, развивайки теория на относителността. Според Айнщайн времето не е постоянно и се променя при различните обстоятелства. То е свързано с движението и колкото по-бързо се движат обектите, толкова повече се забавя времето. Това е основата за известния „парадокс на близнаците“¹⁰⁰, който често се използва за обяснение на необикновените свойства на времето. Единият близък се отправя на космическо пътешествие за десет години, пътувайки със скорост, близка до тази на светлината, а другият близък остава на Земята. След завръщането близъкът, който е пътувал със скорост, близка до тази на светлината, е остарял само с една

година, а другият - с десет.

Този ефект на забавяне на времето, първоначално открит от Айнщайн, е потвърден чрез сложни експерименти с използването на атомни часовници и хиперскоростни камера. Физикът Дейвид Бом предполага, че времето е част от една много по-голяма реалност, в която се случват последователности от моменти, но не задължително в линеарен ред. Времето и пространството са относителни и в крайна сметка се оказват проекции от различна дименсионална реалност. Ако това е вярно, то всичко, което ще се случи някога в живота ни, вече се е случило в измерение отвъд сетивата ни, и в определени случаи границите Между двете се размиват.

Вероятно случилото се с мен при слизането ми от сцената е това, че подсъзнанието ми някак е преодоляло измеренията на време и пространство, видяло е какво ще се случи и чрез вътрешния ми глас ми е предало тази информация. Или е това, или вътрешният ми глас е направил изключително късметлийско предположение.

Известният автор на научна фантастика Филип К. Дик също е имал необикновено преживяване, чрез което изглежда е попаднал в бъдещето. През 1970 г. той пише романа „Течете, мои сълзи, казал полицаят¹⁰¹“. Един от персонажите в тази книга е деветнадесет годишното момиче Кати, което е омъжено за мъж на име Джак. Кати изглежда е замесена в криминално престъпление, но с развитието на романа установяваме, че тя всъщност работи за полицията и има връзка с полицейски инспектор. Малко след като завършил писането на своята книга, Дик случайно срещнал момиче на име Кати, чийто приятел се казвал Джак. Дик и момичето се сприятелили. Една вечер двамата отивали на ресторант, но тя спряла неочаквано пред входа и му казала че не може да влезе. В ресторанта бил седнал полицейски инспектор, който Дик познавал. „Трябва да ти кажа истината“, казала Кати, „Имам връзка с него“.

По някакъв начин събитията, които му се случваха в момента, бяха станали материал за романа, който вече беше написал. Коментирайки това, Дик казва: „Определено това са странни съвпадения. Вероятно съм имал предчувствие.“ Изглежда авторът е преживял подсъзнателно случката с момичето преди да я срещне действително, но все пак остава въпросът как можем да преживеем нещо, което още не се е станало, освен ако бъдещето вече не се е случило?

Още по-невероятна е следващата история, която ще споделя. Един следобед с Ани отидохме с каяк до изолиран залив, където няколко месеца по-рано провеждахме четиридневното „търсене на прозрението". То представлява церемония, при която човекът напуска нормалната си среда, обикновено отивайки в природата, и се моли за прозрение, знак или разбиране, които да го напътстват в живота.¹⁰² Търсенето на прозрението бе много силно и за двама ни с Ани, така че имахме желание да отидем отново и да оставим дар на онова място. След няколко часа гребане стигнахме до залива, където преди два месеца бяхме прекарвали четири дни заедно. Оставихме каяците на брега и започнахме да се молим и да благодарим, когато се случи нещо изключително. То дойде като усещане, като неописуемо силно чувство, че присъствах там не само в настоящето, но и в миналото. Не разбирах какво се случваше, но знаех откъде идваше усещането, и след това видях... Като блестящо

100 „Парадоксът на близнаците" е мисловен експеримент в Специална теория на относителността, който получава голямо внимание от страна на общността на физиците. Например Айнщайн, Борн и Мюлер се позовават на забавяне на времето в гравитационно поле, за да обяснят движението на времето, въз основа на ефекта от усукването.

101 Philip K. Dick, How to Build a Universe that Doesn't Fall Apart Two Days Later."78. http://deoxy.org/pkd_how2build.htm. 102 По своя духовен път аз открих, че вселената е изключително щедра към нас и сбъдването на желанията ни, когато ѝ покажем инициатива и направим намерението си ясно.

видение, полуистинско и полувъображаемо, видях себе си да приготвям спалния си чувал на същото място, където спях преди два месеца. Преживявах себе си в миналото. Никога не съм се чувствал толкова отвъд времето и пространството, колкото се почувствах тогава. Ако бях сам, щях да помисля, че въображението ми играе ексцентрични номера, но когато прошепнах на Ани какво виждам, тя ми каза, че вижда същото. И двамата бяхме вцепенени от това, което се случваше.

Нека поясня - това, което виждахме, не бяха точни физически образи на нас самите. Дори за миг на помислих, че мога да отида и да докосна Ани или себе си в миналото. Беше по-скоро като вътрешно виждане, проектирано в пространствено-времевата реалност, почти като квантовото трептене между вълната и частицата. Гледахме в изумление как Ани и аз играеха пред нас, а след това се молихме. Молихме се за себе си в миналото, направлявайки предишните си Азове да достигнат прозренията,

които още не им се бяха случили. Ние се превърнахме в собствените си водачи от бъдещето, направляващи себе си от миналото. След няколко мига аз казах "Време е да вървим, Ани". Изживяхме пречупване в измеренията и тялото ми знаеше, че е време да си тръгваме. Напуснахме залива и се върнахме до дома на Ани мълчаливо, размишлявайки върху невероятната случка.

Едва в кухнята почнахме да разговаряме за това, което бяхме видели. „Какво видя? Какво се случи? Сигурен ли си, че видя това? И двамата ли видяхме едно и също? Какво беше то? Как е възможно да се случи?" Ние се питахме за всичко, разглеждахме и преразглеждахме всеки детайл, все още смаяни от случилото се. Когато стигнахме до пълното осъзнаване на онова, което бяхме видели, ние изведнъж се издигнахме на друго ниво на съзнание. Усетихме красотата и чудото на човешкото съществуване толкова силно, че започнахме да плачем, след това се смяхме, а след това отново плакахме.

Съзнанието ми беше в толкова високо ниво на осъзнаване, че се чувствах сякаш ще се сгромолясам от силата на преживяването. „Имам нужда от почивка", казах аз и се отправих към гостната стая. Легнах на леглото, завладян от силното осъзнаване. Чувствах се толкова чист, толкова осъзнат. Бях прекарал повечето от живота си като възрастен, обучавайки съзнанието си да позволи нещо подобно да се случи, и сега бе станало. Тогава направих огромна грешка. Възгордях се.

„Сега знам, че съм магьосник!" казах си, изпълнен с гордост. В мига, когато казах това обаче, просветлената ми осъзнатост се преобърна в нормално съзнание. Бях озадачен. Почувствах се като малко дете, което гледа с ужас как сладоледа му пада от фунийката в боклука. Надменността никога не е добра, особено когато играем космическата игра. Станах и отидох да видя Ани, разказвайки й всичко, което бе се случило. Тя се смя толкова много, че буквално падна на пода.

Това изживяване промени завинаги представата ми за времето, отваряйки ми нови възможности за това как да работя с квантовото време. Сега знам, че минало и бъдеще са едно, не само на теория, но и като истинска опитност. Преживявания като това променят завинаги начина, по който виждаме света.

Въпреки, че не е често срещано, има данни за хора, преживели подобни неща. Един от най-поразяващите случаи е на двама професори от Оксфорд, които се разхождали в градината на

Малкия Трианон в двореца Версай. Ан Моберли, директор на колежа „Св. Хю“, и Елеанор Джурдейн, помощник-директор, казват, че докато вървели, забелязали как заобикалящата ги среда започнала да свети и след няколко минути се озовали сред хора с костюми от осемнадесети век, които били много обезпокоени. Не само видели всичко това, но и си взаимодействали с някои от участниците. Един човек им казал, че е много опасно да вървят в посоката, в която са тръгнали, и ги посъветвал да се върнат незабавно. Накрая видението изчезнало, но те забелязали, че мястото, където вървели допреди минути, сега било блокирано от каменна стена.

Когато се върнали в Англия, Моберли и Джурдейн изследвали исторически документи и заключили, че са присъствали на разграбването на двореца Тюйлери и избиването на швейцарската охрана. Преживяването е отразено подробно в изданието „Британско общество за психически изследвания“.³ Съществува възможността двете жени да са съчинили пълна измислица, но тогава въпросът е защо биха направили това? Защо тези две високо образовани академици биха рискували кариерата и репутацията си, и биха се подложили сами на един огромен скептицизъм, който действително последвал? По-правдоподобно изглежда това, че събитието действително се е случило.

Квантовите възможности, които подобни неща разкриват пред нас, са огромни, и аз вече се моля не само за бъдещето, но и за миналото. Ако визуализацията и молитвата могат да се отразяват на бъдещето, което вече знаем, тогава е логично от квантова гледна точка да предположим, че могат да влияят и на миналото. Кой може да каже със сигурност, че проектирането от сегашното към миналото няма да работи?

Но бихте попитали как може нещо, което вече се е случило в миналото, да бъде повлияно от бъдещето, след като събитието си е отишло, преди да започнем да му въздействаме? Логично е, че ако вече се е случило, тогава нищо от бъдещето не би могло да го промени! Това е вярно в пространствено-времевата реалност. Но в квантовата реалност динамиката е друга. В нея минало, настояще и бъдеще се случват едновременно, така че докато събитието се случва в миналото, ние също така сме в бъдещето и му влияем в точно същия момент. Влиянията ни от бъдещето винаги биха били фактор за определяне на събитията от миналото.

Продължавайки да развиваме мисълта си в тази посока, нищо не може да спре желанието на християните, например, да се

молят за Исус на кръста, защото от квантова гледна точка това не е само минало събитие, но се случва и в този момент. Дали можем ние от сегашното си положение да помогнем на Исус в неговото изпитание? Нищо не ни спира да опитаме и дори да има малка въз-можност да успеем, защо не го направим? Дали можем също така да помогнем на Буда да добие просветлението? Ако тази идея се приеме и милиони будисти се обърнат към миналото, за да подпомогнат Буда в неговото пътуване към просветлението, то може би именно те винаги са били част от причината Буда да достигне просветлението.

Аз все още се обръщам към миналото за мотоциклетиста, който почти бях убил преди няколко години. За мен това беше страшно преживяване, за него със сигурност е било ужасяващо. Шофирах по магистралата в слабия дъжд и бързах. Бях зад една кола, която се движеше бавно, така че погледнах набързо страничното си огледало и това за обратно виждане, и рязко преместих колата в пътната лента. Не бях проверил сляпата точка на огледалата. Мотоциклетистът точно тогава ме задминаваше и аз го засякох. Гледах ужасен в огледалото за обратно виждане как моторът се отклони от посоката си и се изви във въздуха, а човекът се бореше да си върне контрола. По чудо успя да се справи. След няколко минути, когато си върнах спокойствието, с жена ми почнахме да се молим. Ние се молихме от гледна точка на това, което сега беше бъдеще, за моториста в миналото. Насочвах вниманието си най-вече към момента, в който се появявах пред него. В молитвата си аз казвах *„От бъдещето се моля за теб. Една кола ще излезе пред теб. Нужно е да си много бдителен. Бъди хладнокръвен. Бъди спокоен. Всичко ще бъде наред.“*

Бях искрен и го правих с вяра и желание. Дали проработи? Дали мисля, че е чул гласа ми от бъдещето точно преди да излезе пред него? Силно се съмнявам да е чул думите ми, но е напълно възможно нещо подсъзнателно да е резонирало в него секунди преди катастрофата, вероятно чувство, което го е направило изключително бдителен дори без той да го осъзнава. Като се замисля, че сега съм го правил стотици пъти, вероятно моите молитви са нещото, което е помогнало за спасяването му. Никога няма да знам. От квантова гледна точка е напълно възможно. Сигурното сега, когато това събитие е няколко години в миналото, е, че когато мотористът беше засечен, там имаше и някого в бъдещето, шофьорът на колата, молещ се за него от много различни точки в бъдещето. А тези молитви от бъдещето бяха се случили.

Нека ви разкажа и друг случай, в който излекувах себе си от бъдещето. Преди около две години имах проблеми с кръста си и бях прикован за леглото. Досега това се е случвало няколко пъти и възстановяването ми винаги следва една и съща последователност. Стоя в леглото няколко дни, позволявайки на гръбнака си да се възстанови, и постепенно той се оправя. Това става за около седми-ца. Тялото е чудотворно лекуващ се организъм и когато го оставим на собствените му ресурси, то обикновено се самоизцелява. Този път обаче излекуването ми не следваше нормалната си посока и след една седмица едва ставах от леглото. Започнах да мисля за свой приятел, който беше си наранил кръста, докато носел телевизор надолу по стълбите, и така и не се оправя. Така че и аз започнах да се тревожа, а след това се хванах сам.

Тревогата трае един ден и то за да привлече това, от което се тревожим. Като знаех това, беше нужно да си променя мисленето веднага, така че започнах да използвам силата на подсъзнанието, за да се излекувам. Чувствах се обаче уязвим и исках наистина много някой да се грижи за мен. Не исках да правя нищо. Исках някой да ме излекува, някой друг да свърши работата. Тогава изведнъж се сетих, че мога да помоля себе си от бъдещето да ме излекува, и го направих. Веднага започнах да си мисля какво може да се случва в бъдещето. Представих си как в бъдещето пея, моля се, призовавам и лекувам себе си. Беше лесно да си го представя, но и беше нещо повече от обикновена представа - беше по-скоро успокояване и интуитивно усещане за това, което вероятно правя в бъдещето, за да си помогна сега. Процесът не отнемаше усилия, защото нямаше нужда да правя нищо - бъдещото ми Аз извършваше изцелението. То полагаше всички нужни усилия. Не ми беше нужно да насилвам този образ - просто си представях какво е възможно да прави той, и се оставих на представата. Струваше ми се много отпускане и успокояване.

Беше почти като че това, което желаете да си представите, си представяше само себе си. Аз просто се оставих на успокояващите въздействия от всичко това. Бях намерил лечителят, когото желаех, и беше невероятно, но това бях аз от бъдещето си. Правих това по няколко пъти първите дни, и всеки път усещах гърба си трептящ от енергия. Не се опитвах да визуализирам или да си представя как гръбнакът ми се пълни с енергия - той просто го правеше. Дали това беше въображението ми? Вероятно да, но също толкова възможно бе лекуващата енергия от бъдещето да ме достигаше в момента. Гърбът ми, който до този момент не отговаряше, сега постигаше отличен напредък. След два дни

станах от леглото, а след две седмици бях напълно излекуван.

След като изцелението беше завършено, аз започнах да се отплащам. Започнах да лекувам себе си от позицията на това, което сега беше бъдеще, възстановявайки точно същите образи, които се появяха спонтанно в главата ми, докато бях в леглото няколко седмици по-рано. Така завършвах кръга на енергията. Когато работиш в тези измерения, винаги е нужно да се отплатиш. Ако вземете назаем и получите енергия от бъдещето, уверете се, че ще я върнете по абсолютно същия начин. Какво се случва, ако не го направите? Тогава няма да можете да използвате процеса с увереност отново.

Дали действително излекувах себе си от бъдещето? Дали бе плацебо? Дали щеше да се случи така или иначе? Никой няма да знае със сигурност, но известното за мен сега е, че докато бях прикован за леглото, също така бях и в бъдещето, лекувайки себе си. И двата случая винаги са се случвали, както си ги представях.

Моят последовател Робин Банкс¹⁰³, който преподава курсове за силата на мисълта в Европа и Южна Африка, споделя подобна история за проекция към бъдещето. Той стоял в сауната си в красивия си дом в Йоханесбург, забавлявайки се много, когато си спомнил купуването на къщата една година по-рано, ремонтирането ѝ, и вземането на решение дали да си направи сауна или не. Имало много пречки и предизвикателства да се вмести парна стая в плановите, като дори архитектът му го съветвал да не я Прави, така че Робин почти се отказал. Но имал вътрешното силно чувство, че е нужно да я направи, така че го сторил. Оказало се правилното решение, защото извлича много ползи от нея и ѝ се радва много.

Точно в този ден, докато бил в сауната и обмислял решението си отпреди година, една мисъл го поразила: „Нужно е да си помогна да взема правилното решение“, така че започнал да си представя себе си в миналото. Той казал „Роби-и, аз съм в бъдещето. Аз съм в парната стая и я обожавам. Знам, че не си сигурен дали да я построиш, но ти казвам, че е напълно необходимо да я направиш.“ Той говорил с дълбоко убеждение и сила, насочвайки инструкциите към себе си в миналото, когато се чудел какво решение да вземе. Правил това няколко седмици всеки път, когато бил в сауната. И досега Робин се обръща по този начин към себе си от миналото от време на време. Дали тези инструкции и напътствия към себе си в миналото може да са му помогнали да вземе решението си? Може ли тези проекции да са

били източникът на „силното чувство“, което усещал, докато се чудел какво да направи? От квантова гледна точка можем да го допуснем.

Знам, че това е трудно да се разбере първоначално, но веднъж като разберем механизма му, то ни дава нов начин да работим с енергията. Необходимо е редовно да се обръщаме към себе си от миналото, да си помагаме в моментите на криза, когато е било нужно да вземем важни решения. По този начин не само помагаме и насочваме себе си от миналото, но и установяваме важни взаимовръзки между нашето сегашно и минало Аз, както и между нашето сегашно и бъдещо Аз. Ако развием навика да направляваме себе си от миналото, това значи, че нашето бъдеще Аз пък ни помага сега. Замислете се - ако имаме навика да проектираме към миналото и вярваме, че това работи, защо бихме спрели някога? Разбира се, аналогично сме направлявани и от бъдещите си Азове. Колко вдъхновяващо е да знаем, че в този момент получаваме напътствие, молитви, енергия и помощ от нашите бъдещи Азове. Те ни помагат, защото сме установили връзка с тях. Бъдещото ни Аз е заинтересовано това да се случи. Работата с квантовото време означава напредък в космическата игра, ако извините каламбура, квантов скок. Сега нашите бъдещи и минали Азове също са в играта и си взаимодействат с нас. Това е удивително.

103 Робин Банкс е водещ авторитет в областта на овладяване на техниките на ума и изключително търсен международен говорител. Робин преподаваше с мен в края на деветдесетте години и започна да обучава хора в моята система през 2003г. Той е изключително надарена личност, която се справя в играта на монопол със сръчността на воин.

Като практикува тези техники редовно, всеки наш аспект - минал, настоящ и бъдещ, научава да „включва в играта“ и другите. Например, когато направих моето „от-плащане“ аз също така казах на миналото си Аз, че винаги може да се обърне към мен, когато има нужда. Използвах точно тези думи: „Аз съм *твоят* бъдещ Аз. Винаги можеш да се обръщаш към мен. Аз ще те насочвам и ще ти пома-гам, ще направя, каквото желаеш. Каквото и да поискаш от мен, ще го направя.“

Имах желание миналото ми Аз да знае това, така че всеки път, когато се обръщах към миналото, му позволявах да разбере, че може да се свързва с мен в бъдещето. Тази връзка между нас ми дава увереност, когато се обръщам към бъдещото си Аз - нещо,

което сега правя редовно. Аз имам доверие, дори повече от доверие - аз знам, че моето бъдещо Аз прави всичко, което пожелае от него. Всички мои части, минали, настоящи и бъдещи, дават дума една на друга и я спазват. Толкова силна връзка съм изградил с бъдещото си Аз, че вече знам, че то ми помага, дори без да се обръщам специално към него. Моето бъдещо Аз играе активно космическата игра и играта на монопол с мен, насочвайки и помагайки ми от бъдещето. Колко увереност вдъхва това, нали?

Има няколко научни обяснения как всичко това може да се случи. Най-очевидното, разбира се, е реалността от минало, настояще и бъдеще, случващи се едновременно в квантовото време. Но също така има и квантов феномен, свързан със забавени и напреднали вълни, т.нар. теория на Уилър-Фейнман, която гласи, че една вълна може да пътува назад във времето и от бъдещето да се върне при своя първоизточник. Според тази теория електроните излъчват вълни едновременно в миналото и в бъдещето. В квантовата реалност времето и пространството не са разделени едно от друго, а съществуват едновременно в общ континуум. Така че не е толкова невероятно за съзнанието да се мести назад и напред във времето. Дори престижното научно издание „Нов учен“¹⁰⁴ включи наскоро статия, отбелязана на корицата - „Квантовото преплитане: Как бъдещето може да повлияе на миналото?"

В предишна глава писах за експериментите на Жан-Дюн, в които доброволците успешно повлияли на броя на нулите и единиците. За много хора било озадачаващо, че това можело да се случи. Сега става дори още по-странно и чаках до този момент в книгата, за да ви кажа останалата част. В 87 000 от експериментите участниците опитвали да повлияят на резултатите, не докато машината била пусната, а след като завършила завъртането си. В тези случаи генераторът на случайни събития създавал данни по обикновения начин като този път информацията била оставена в запечатано писмо, без никой да знае резултатите. След това, чрез съзнателно намерение, участниците опитали да повлияят на резултатите - за три дни до две седмици, след като всичко вече се било случило, и то преди писмата да бъдат отворени. Когато данните били изследвани, учените открили, че способността на доброволците да влияят на резултатите след като експериментът бил започнал, била също толкова значима, колкото и когато машината била пусната. Всъщност това не е съвсем така. Въздействията от проектирането в миналото били статистически по-значими, отколкото при

функционирането на машината. Това предполага, че нашите мисли може да имат по-голяма сила, когато ги проявяваме в миналото или в бъдещето.

Възможностите на това, което можем да направим с тази информация, са ограничени само от нашето убеждение какво е възможно, и още по-важно - от нашата воля да приведем тези нови практики в живота си. Необходимо е редовно да практикуваме проектирането в миналото или призоваването на себе си в бъдещето. Необходимо е да установим тези връзки, защото това оказва фин, но мощен ефект и върху подсъзнанието. Подсъзнанието регистрира тази странна и необикновена практика. Когато обръщането към миналото или подпомагането от бъдещето се практикуват редовно, подсъзнанието приема това действие. Най-малкото е, че то може да се превърне в плацебо-убеждение и да работи за нас по този начин. По-вероятното обаче е, че чрез правенето на тези упражнения, подобно на упражненията с пръсти на Паскуал-Леоне, ние пренастройваме невронните вериги в мозъка си, за да развием всъщност тези способности. Възможно е тези способности да станат нормални функции на бъдещите поколения, тъй като нашият вид еволюира в добиване на космическо съзнание.

КВАНТОВИТЕ ПАРТНЬОРИ ВЪВ ВРЕМЕТО И ПРОСТРАНСТВОТО

Можем да влезем в квантово взаимодействие с всеки, който някога е съществувал във вселената. Вече видяхте как стана това с призоваването на бъдещото ми Аз за изцелението ми, и можем дори да задълбочим процеса, ако желаем. Защо не се съединим и не получим мъдрост и наставления от великите учители, мъжете и жените, които най-много уважаваме и желаем да им подражаваме?

104 Michael Brooks, *"Entanglement: The Weirdest Link"*, New Scientist, 181 (2004): 32.

Тази способност е разкрита от Наполеон Хил, който бил напътстван не от друг, а от великия индустриалец Андрю Карнеги, който в началото на двадесети век бил най-богатият и влиятелен човек на света. Хил научил законите на успеха от този умел бизнесмен и забогатял в процеса, но не било въпрос само за богатството и успеха, които той добил. Карнеги, който разбирал ролята на съзнанието в постигането на успеха, предоставил на младия човек начини за потъване в подсъзнанието. Чрез напътствието на Карнеги, Хил усвоил много необикновена практика, която му позволявала да се добере до квантовото поле, въпреки че не го наричал така по онова време. Той пише в своята книга „Мисли и забогатявай“¹⁰⁵ как си урежда редовни въображаеми срещи с наречените от него „невидими съветници“. Това са деветимата души, на които той се възхищавал най-много и желал да им подражава.

Първоначално практиката му била проектирана като метод „да запечатам в подсъзнанието си определени характеристики, които желая да придобия“. Това, което Хил открил впоследствие, било, че когато говори на тях във въображението си, неговите ментори също му отговаряли, давайки му наречената от него „тайнствена ценна информация.“ Това едновременно го изненадало и изплашило. „Бях озадачен от откритието, че тези въображаеми фигури станаха очевидно истински“. Всъщност тези срещи станали толкова реални, че Хил се усъмнил в тях, предполагайки че полудява. Въпреки това стойността на срещите за него била толкова огромна, че той скоро възстановил практиката и се обръщал към тях не само за себе си, но и за клиентите си.⁷

Учил съм много хора на тази практика. Един от тях е Греам

Керни, млад художник с гениални заложби, когото срещнах в Южна Африка по време на изнасяне на лекциите си. Чрез този метод той започна да има въображаеми разговори с великите художници от миналото. Когато сподели своите преживявания с мен един следобед, той беше сигурен, че та са нещо повече от въображение. „Аз действително чувствам как присъствието им ме насочва. Те са с мен. Знам това.“ Нещо определено работи за него, защото неговите картини сега красят коридорите на основни хотели и домове на богати собственици навсякъде по света.

Уважаваният мистик Андрю Харви говори за квантова връзка със своя Ринпоче (от тибетски - „скъпоценният“). „Когато медитирам върху него, всичко, което е бил той или е казал, ме въвелича все по-дълбоко и по-дълбоко в него. Започнах да научавам, че чрез силното мислене за просветен учител като него във всеки момент, ти можеш да влезеш в неговия мъдър ум, и своя собствен, и да получаваши наставления и вдъхновение от неговото измерение.“¹⁰⁶

Исус, Буда, Леонардо да Винчи, Ричард Брансон -можем да се свържем по квантов начин с всеки от тях. Велики художници, брилянтни откриватели, умели предприемачи, посветени мистици - можем да комуникираме с всеки, когото пожелаем. Не е трудно. Най-трудната част е да се освободим от това колко небивало ни звучи всичко това, и именно тук идва на помощ нашият воин. След като сме запечатали квантовите максими и вярваме напълно в способността си да правим такива неща, става въпрос само за избор с кого желаем да се свържем.

Но преди дори да опитаме да се занимаваме с това упражнение за „напреднали“, най-добре е да установим основни убеждения, които да спомогнат за случването на всичко това. Нужно е да вярваме в тези възможности, преди да опитаме да се свържем, и разбира се, откровеният скептицизъм ще унищожи всички възможни ефекти. Това е предимството в тренирането по квантовия начин. Обучаваме себе си да бъдем способни да функционираме в квантовата реалност, в която всичко съществува за нас като възможност.

Започваме чрез свързване с нашите квантови партньори и усещаме как тяхното енергийно присъствие вибрира в мрежата. Когато сме прочели и усвоили всичко, което сме Могли за съответния човек, ние можем да навлезем в съзвучие с него, да провеждаме въображаеми разговори, в които има двупосочен диалог. Може да ни се струва някак странно първоначално и ще е

нужно да използваме въображението си, за да започнем процеса, но ще дойде и моментът, в който въображението си отива и се случва нещо автентично.

Друг метод, който считам за още по-мошен, и който използвам понастоящем, е да влезеш в силна телепатична връзка със своя квантов партньор, и просто да изтеглиш информацията. По този начин не само се свързваме с ума си, но и с тялото, така че можем да „почувстваме“ връзката. В това медитативно състояние ние интуитивно усещаме или изтегляме послания, надминаващи думите. Затова не чуваме конкретни думи, а по-скоро усещане за свързаност. Дори няма нужда да знаем или

105 Napoleon Hill, *Think and Grow Rich* (New York: Ballantine Books, 1960), 215-218. 106 Andrew Harvey and Mark Matouske, *Dialogues with a Modern Mystic* (New York: Quest Books, 1994).

разбираме какво получаваме, защото всичко ще ни се разкрие в най-подходящото време за това. И тук въображението стартира процеса, но има разлика, когато то се отдръпне - ние прескачаме бездната и се свързваме с квантовия си партньор.

Още веднъж е необходимо да отбележа, че нашето убеждение, че всичко това е възможно, има изключително силно значение. Не става дума за наивно убеждение на базата на надежда, а на убеждение, подхранено и подсилено от нашето разбиране на законите на вселената. Всичко съществува за нас като възможност, включително и това да имаме квантови взаимоотношения. Нашата вяра и убеждение в тези възможности определят дали нещата ще се случат. Вярата и убеждението са мощни енергийни сили. Воините ги използват прекрасно и освен това тези сили отварят вратите към най-великите загадки. Брилянтният автор и психолог Жан Хюстън описва квантовите взаимоотношения по следния начин: *„Високо ниво на възможност става достъпно за теб. Така започваш да получаваш енергия, прозрения и синхронизирани и да използваш тяхното великолепие.“*¹⁰⁷

В практикуването на свързването с квантовия ни партньор и вземането на неговото „великолепие“, за няколко месеца се стига до момент, в който чувстваме присъствието му с нас по всяко време, а това прави връзката ни с него не просто теоретична. Нашият ментор се превръща в наш квантов партньор. Тук говоря отличен опит, аз самият съм установил няколко квантови връзки

по този начин. Квантовите ми партньори са с мен по всяко време, дори да не мисля за тях. i

Множество древни духовни текстове отбелязват, че минало, настояще и бъдеще се случват заедно, и че самото време е дете на съзнанието. Древните Веди¹⁰⁸ говорят за възможността ни да надмогнем времето. В Бхагават Гита¹⁰⁹ има момент, в който Кришна (Бог) се появява пред принц Арджуна преди важна битка. Арджуна се тревожи за жертвите, които ще бъдат дадени и от двете страни. Тогава Кришна му показва видение на реалността отвъд времето, така че Арджуна вижда как смъртта и раждането се случват заедно, а бъдещето на бойното поле вече се е случило. Тогава с успокоение отива на битка.

В Библията Исус казва на Петър в Гетсиманската градина, че „*Преди петли да пропеем три пъти ще се отречеш от Мен*“¹¹⁰. Петър не го допуска, но преди да свърши нощта, събитието се случва. Щом Петър чува петлите, започва да плаче, не само защото е предал учителя си, но и защото всичко се е развило по начина, който Исус е предрекъл. Как би могъл той да знае, ако вече не се е случило в бъдещето? Необходимо е да се замислим за тези квантови истини и да не се заблуждаваме от това как изглежда реалността.

БЪДЕЩЕТО

Съдбата на човешкия род е навързана като „възможен код“ в неврологичните ни вериги от началото на съществуването. Странното е, че в квантовото време бъдещето вече се е случило. В квантовото време съдбата ни като вид вече се е разгърнала - тя е определена от нашите избори и от изборите на минали и бъдещи поколения. Приемайки, че космическото съзнание се е осъществило в нашия вид от бъдещето, нищо не ни спира да се обърнем към най-просветлените и проникателни от бъдещето, и да ги помолим да ни насочват сега. За тези в бъдещето ние сме ранните предшественици, вибриращи в тяхното минало. Могат да ни насочват в бъдещето като ни помагат да разберем какви практики и убеждения ще осъществят представата ни. Техните съдби зависят от това да ги разберем правилно. Те имат начина в ръцете си, защо да не ни помогнат тогава?

Хиляди години напред в бъдещето има такива, които се обръщат към нашето време и виждат как все още се борим, несъзнавайки своите потенциали, но на ръба на раждането на космическо съзнание в нашия вид. Това е критична фаза за нас.

Сигурен съм, че има безброй много, които се молят за нас, проектирайки ни представи и прозрения от бъдещето, плетящи мрежата по начин, който ние тепърва ще откриваме. Може би има храмове или цели учреждения, които са посветени на тази задача. И това е възможно, не просто вероятно.

Алберт Айнщайн казва, че *„Хора като нас, които вярват във физиката, знаят, че разликата между минало, настояще и бъдеще е само една упорита устойчива илюзия“*. Това е една убедителна илюзия, опираща се на това какво ни казват сетивата, но въпреки това илюзия, и е необходимо да си го напомняме многократно. Сега имаме такива средства да навлизаме във времето, каквито нашите

107 Уъркшоп в Училището за мистерии на Жан Хюстън, Орегон 2002. 108 Ведите представляват огромен брой текстове от Древна Индия, които съдържат най-древните послания на хиндуизма. 109 Бхагават Гита е хиндуистко свещено писание, считано за един от най-значимите текстове в историята на литературата и философията.

110 Евангелие на Тома, 26:34.

предшественици не са си представяли дори. Това, което изглежда невероятно за нас днес пък ще бъде здравето мислене на бъдещите поколения.spiralata.net

12.

СЪЗДАВАНЕ НА МОДЕЛ ЗА РЕАЛНОСТТА

Имаме нужда от нова представа за мястото на човека в света.

Дейвид Бом

Ежедневните размишления ни провокираха да достигнем до осъзнаването, че сме в единение с всичко. Запечатахме квантовите максими в подсъзнанието си, където те вибрират сега денонощно. Видяхме и се срещнахме с тъмната си сянка и нейната сила е вече осъзната от нас. Пробудихме телата си и чувстваме свързаността си един с друг, с енергийната мрежа, с вселената. Пътешествахме в миналото и бъдещето чрез използване на квантовите механизми. Затова сега вече създаваме модел на реалността около себе си - една колесница с убеждения, която ще ни заведе далеч в космическите загадки.

В определен момент на пътуването си стигахме да необходимостта да разрушим и след това да изградим наново разбиранията си за вселената, вътрешно и външно. След като заблудите на майя¹¹¹ вече са открити и виждаме истинската реалност, не изглежда вероятно да се върнем към старите, ограничаващи модели за действителността, с които сме работили допреди. Повечето ни модели са объркани смесици от убеждения, взети от родителите, приятелите, религията, обществото, дори без да броя влиянието на тъмната сянка. Да се оставим на тези модели би било огромна липса на проникателност или дори по-зле - мързел и безразличие. Това е моментът от играта, в който е нужно да поемем пълна отговорност за пресъздаването на себе си.

Създаването на нов модел за реалността е както вълнуващо, така и плашещо, защото добиваме първото осъзнаване, че всичко е възможно за нас. Всичко? Още веднъж умът се бори с тази идея. Тя все още изглежда толкова невероятна, въпреки че това е истината, която ни разкрива квантовата реалност. И ако всичко е възможно... въображението се смайва от това, което можем или дори е нужно да направим. Затова се обръщаме за напътствия от великите космически воители, които са достигнали познанието преди нас, търсим на какво могат да ни научат и като го правим, се учудваме на всичко, което те ни споделят. Преди квантовата физика да повдигне завесата, разкривайки загадките на нашето съществуване, думите на големите пророци на нашата раса изглеждаха неразбираеми, отвъд нашето разбиране. Но сега, благодарение на квантовото разбиране, можем да подходим към великите учения по нов начин, да се вдъхновяваме и предизвикваме чрез тях. Не намирам по-добро решение откъдето да започнем от учението на Исус. Ако сме готови да изследваме неговите послания не като религиозна догма, а като съвети към бъдещи квантови воители, това вече ни дава нова перспектива. Заключениета му са меко казано смайващи:

„Истина, истина ви казвам: който вярва в Мене, делата, що Аз върша, и той ще върши, и по-големи от тях ще върши; защото Аз отивам при Отца Си.“¹¹²

Исус ни учи на пътя на квантовия воин. Той ни казва, че можем да правим не само нещата, които той извършва, а заявява, че е възможно и повече от това. Убеден изцяло, той очаква от нас да извършим дори по-велики дела. Да му вярваме ли? Ще дръзнем ли за това?

Изучаването на Библията от гледна точка на квантовата теория

изяснява много пасажии от нея. Исус говори за свързаността си с Бога: „Аз и Моят Отец сме едно“¹¹³ След като вече ни е казал, че нещата, които той прави, можем да правим и ние, тогава логично следва, че и ние може да сме едно с Ощеца. От квантовата перспектива това има смисъл като не просто може да сме едно с Ощеца. Ние сме

111 *Мая* в хиндуизма се свързва с идеята за „илюзия“. *Мая* също така е основното божество, което изобразява и съхраняваната илюзия и мечта за дуалност във вселена на явления - феноменалната вселена. 112 Евангелие на Йоан 14:12. Да вярваш в Исус означава да живееш според неговото учение, което както вече отбелязах съответства напълно на възможностите, представени от квантовата теория. Вероятно ще има хора, които ще възразят на това и ще заявят, че само онези, които са религиозни и следват християнската вяра, могат да преживеят подобни неща. Аз обаче чувствам, че Исус насърчава всички нас да използваме живота му като образец и да изразим своите божествени дарби. Ние сме подканени да повярваме в учението му, а животът на Исус служи като пример за възможното за всички нас. Основната идея в този цитат, която го прави и толкова смайващ, е това, че Исус ни казва, че сме способни да вършим „по-големи“ дела от самия него, ако следваме този метод. По-големи дела! Както християните, така и нехристияните е нужно да осмислят тези думи и да решат дали ще приемат или ще отхвърлят учението. Ако решим да го приемем, осъзнаванията за това, което сме призвани да бъдем, стават смайващи.

113 Евангелие на Йоан, 10:30.

едно с него сега, били сме преди и винаги ще бъдем, защото всичко е едно. Всяко разделение е илюзия на ума ни.

Но Исус не спира дотук. Той ни представя нещо толкова невероятно, което разбива напълно ограниченията на логичния ум. Чрез споделянето на тази идея той желае да разрушим всичките си представи досега. Ето това е пасажът, който описва това:

*„И тъй, бъдете свършени, както е свършен и Небесният ваш Отец.“*¹¹⁴

Първоначално умът отрича това като напълно невъзможно и възмутително. Но след това се появява проблясъкът на чуденето „Ами ако той казва точно това, което има предвид?“ Дали това значи, че съдбата ни е чрез космическата еволюция да станем богоподобни? Това ли е същият космически план, заложен в мрежата още от самото начало, и сега проправящ пътя си в съзнанието на вид, предопределен да бъдат богоподобен?

В херметическата гностична традиция е заложена именно подобна идея. Хермес¹¹⁵ бил египетски мъдрец, чието учение се разпространило в Египет и Гърция преди появата на

християнството. Всички гръцки философи са повлияни от него, като според някои изследователи Хермес може всъщност да е бил Мойсей, въпреки че това е само хипотеза. Огънят, опожарил великата библиотека на древна Александрия, и религиозните преследвания през Средновековието, когато древните ръкописи били унищожавани като еретически, са причината много малко писмени материали от херметическото учение да се запазят до днес. Но това, което е останало, е едновременно просветляващо и противоречиво. Следващите пасаж са от Книгата Корпус Херметикум - една от основите на учението:

*„Следователно познай Бог именно по този начин, като притежаващ в себе си като мисъл всички неща, дори самия Космос. Ако и след това не си в състояние да си представиш Бог, значи не си го познал [все още]; защото подобното се познава от подобното. Тогава увеличи ръста си до величина, надхвърляща всяка мяра; надскочи всяко тяло, мини отзад всяко време, превърни се във вечност, и тогава ще познаеш Бог. Невъзможно е да не Го схванеш, мисли за себе си като за безсмъртен и способен да узнаеш всичко - всички изкуства, всички науки, всички начини на живот. Проникни по-високо от всяка височина и по-дълбоко от всяка дълбочина. Концентрирай в себе си сетивата на всички създания - огнени, водни, сухи и влажни. Мисли, че едновременно си навсякъде - на сушата, в морето, в небето, незаченат, в утроба, млад, стар, мъртъв и в състояние след смъртта. И ако познаеш всички тези неща наведнъж - времената, местата, действията, качествата и количествата, ти ще познаеш Бог.“*¹¹⁶

Тези думи са взривоопасни. Едновременно са много дръзки, но и напълно възможни от квантова гледна точка. Този пасаж може да бъде разглеждан детайл след детайл, и това да доведе до огромни резултати.

Ценна практика ще бъде да вземете само едно изречение и да фокусирате вниманието си върху него за седмица. Тази техника е предложена от един от най-великите кабалисти на всички времена, равин Исак Лурия¹¹⁷. През шестнадесети век той бил известен като „Ари“ и до днес е уважаван от кабалистичните последователи така, както е бил уважаван в своето време. Той прекарвал дни и дори седмици в изучаване и размишление над всеки отделен пасаж от „Зохар“¹¹⁸. Чрез своята воля, решителност и концентрирано внимание, той достигнал велики истини, пасаж след пасаж¹¹⁹ от текста. Тази практика му донесла изключителни резултати и ще донесе на всеки друг, който отдели времето и има дисциплината да практикува метода ежедневно. Например,

вземете тези три фрази:

Мини отвъд всяко време.

Превърни се във вечност, и тогава ще познаеш Бог.

Невъзможно е да не Го схванеш, мисли за себе си... като способен да узнаеш всичко.

Разсъждавайте върху тях една по една, позволете си да се слеете с посланията, не само веднъж или двата пъти, а стотици пъти, и ще получите велико разбиране. Аз правя това и ми се разкрива много.

114 Евангелие на Матей, 5:48.

115 Някои изследователи изразяват предположението, че Хермес Трисмегист е комбинация от гръцкия бог Хермес и египетския бог Тот, които са богове на писмеността и магията. 116 Clement Salaman, Dorine van Oyen, William D. Wharton, Jean-Pierre Mahé, The Way of Hermes. (Rochester: Inner Traditions, 2000), 57-58.

117 Исаак Лурия (1534-1572) е равин и еврейски мистик, считан за родоначалник на съвременното кабалистично учение. Той дава революционно нови обяснения за кабалистичната мисъл. 118 „Зохар“ е основният труд в литературата на Кабала, който съдържа дискусии за природата на Бога и душите ни, както и за произхода и структурата на вселената.

119 Kaplan 203

ТВОРЕНЕ НА ВСЕЛЕНАТА НИ

Създаването на модел на реалността за себе си започва с изграждането на автентична представа за това кое е възможно, а след това и със запечатването на нови убеждения в подсъзнанието ни, които допълват тази представа. Тези нови убеждения променят вибрацията ни и се отразяват в мрежата с новата истина, която имаме за себе си. Изучаваме всичко по време на този процес, премахваме вече ненужните убеждения и дребнавостите, пречистваме се от всичко, което вече не обслужва новата ни представа. Чрез това ние в дълбочина пресъздаваме нашата собствена вселена. Квантовата ни максима твърди, че всичко съществува като възможност за нас и поради това въпросът става какво е нужно да направим или да станем? Колко дръзки сме готови да бъдем? От еволюционна гледна точка, ако човешкият род е дарен с тези способности, тогава значи сме призовани да пробудим своите космически сили и да ги използваме пълноценно. Да не направим това би противоречало

на природата. Някои от нас е нужно да са основоположниците, които да разбият ограниченията и да отметнат завесата - като Исус, Буда, Мохамед и всички велики учители.

Но въпросът отново се връща към това в какво се осмеляваме да вярваме. Откъде и как да започнем, коя наша част решава какви нови убеждения да възприемем? Не можем да оставим решението само на ума, защото той ще го изкриви, влагайки си собствени разбирания. Така че търсим помощ и наставление вътре в себе си. Какво вярва тялото ни, че е нужно да направим? Слушаме своите чувства, интуиция и желания. Тялото ни, следвайки модела на развитието ни, ще желае подкрепящи убеждения, които да помогнат за реализирането на най-високите ни стремежи. Какво ще пожелае душата ни? Като част от играта, тя вече изисква нови представи и убеждения, както и средства за постигане на целите си. Има ли неща, които не сме договорили с някои части от себе си, и точно кой с кого преговаря? Знаем, че подсъзнанието ще работи с модели, които му представи съзнанието, и ще изгради енергийното поле спрямо предложените инструкции, но какви представи „ние“ ще му дадем? И какво ще рече, че „ние“ вземаме тези решения? Добре е да си зададем тези въпроси, защото това ни помага да разберем сложността на собствената си същност.

Съзнанието е нужно да посредничи между всички страни, без да изкривява процеса поради собствените си разбирания. Очевидно е нужно умът да се съгласи с всяко решение, защото като изпълнител на моделите и пазител на волята е отговорен за нейното участие, но наставленията от другите части са напълно задължителни, и просветеният ум го знае. Непросветеният ум от своя страна, ако бъде оставен сам на себе си, лесно може да възприеме всяко самоцелно убеждение, да изплете мрежата според него и да навреди на цялото. Именно това се случва из целия свят днес и причинява проблемите, които срещаме.

Ако сме духовни, може да се запитаме какво би желал Бог за мен, или Буда, или Исус, и просто да създадем убеждения според тази представа. При липса на духовна основа, от която да тръгнем, можем да разгледаме себе си като служители на земята или отдадени същества, които желаят да бъдат различни, строящи моделите си според своите най-високи идеали. Всеки от нас е нужно да намери своя представа и да бъде готов да я следва.

Доверяваме се на сърцето си, на интуицията, вътрешното си усещане, сънищата, знаците, чувствата - всичко, което ни

напътства по пътя ни. Не е нужно да виждаме пълната картина, за да започнем, тя никога не се разкрива - просто действаме, вярваме, и отново действаме, и по този начин стигаме дълбоко в загадките. Прозренията ни се разкриват ден след ден, когато вярваме и действаме истински, изплитайки мрежата с това, което ни се представя.

Мистикът и алхимик от шестнадесети век Герхард Дорн говори така за процеса:

„Чрез изследването човек получава знание; чрез знанието стига до любов, която създава посвещаване. Просвещаването създава повторение и чрез него човек добива опит, способности и сила, чрез които се случва чудотворното.“

Чудотворното е, разбира се, превръщането ни в космически същества. То е постепенен процес с ясно обособени стадии. Дорн говори как посвещаването води до повторение, а повторението създава опит, способности и сила. Изглежда според Дорн повтарянето е много важно. Това не е изненадващо, защото повторението е алхимичен процес - ключ, който отваря вратата към трансформацията. Необходимо е да разбираме огромната сила на повторението и да не се заблуждаваме, че промяната в съзнанието може да се случи по друг начин.

Неврологът Майкъл Мерцених е съгласен с това. Той е определян като водещ учен при изследване на мозъчната пластичност в световен план. Мерцених обяснява, че създаването на нови функционални вериги в мозъка може да бъде постигнато само чрез повторение. Според неговото описание, мозъка представлява нещо, което се променя чрез внимание и упражнения, почти като отделна, жива единица. Винаги „учи как да научава“, като концентрацията на вниманието и интензивното фокусиране са ключът към пренастройката.

Психологът-изследовател Едуард Тауб също така открива, че тренирането е нужно да бъде концентрирано в малки дози, които да сформират наречената от него „сборна практика“. Кратката, но редовна практика дава много по-добри резултати, отколкото продължителната, но нередовна такава.¹²⁰

Като квантови воители ние знаем, че чрез повторението ние тъчем мрежата, запечатваме убежденията, разсъждаваме и задълбочаваме познанията си за законите. Всички наши квантови практики изискват повторение, защото нищо съществено няма да

се случи без него.

Един алхимик от шестнадесети век, един известен невролог, един уважаван психолог-изследовател и един квантов воин споделят следната позиция: Повторението е ключът към постигане на забележителни резултати. Ето защо е нужно да тренираме ежедневно.

Чрез ежедневните квантови практики ние пресъздаваме себе си чрез пренастройването на своите невронни връзки. Чрез квантовата умствена сила ние не само създаваме нови убеждения, плетем мрежата и преминаваме в миналото и бъдещето, но и пренастройваме мрежите в мозъка си, и по този начин ставаме нови същности. Свръхестествените сили и прозрения на учителите от нашата раса, които изглеждат толкова отвъд нашето разбиране, сега вече стават понятни, и методите за това са ясни. Това, което е изглеждало като загадка, сега се разкрива.

Когато знаем вече какво е възможно, въпросът става дали имаме смелостта и волята да започнем? Именно тук способността да се посветим на дадена представа ни идва на помощ. Дорн говори за посвещаването: „Посвещаването създава повторение“. Същност нашата редовна работа е тази, която води до посвещаване, което ни дава волята и силата да следваме този път, да извършим необходимата вътрешна работа, за да пробудим и издигнем себе си до космическо съзнание.

На по-дълбоко ниво Дорн говори за алхимия, която не е нищо друго, а прикрита препратка, тайна кодова дума, която за мистиците и духовните търсачи в Средновековието означавала пробуждане на душата. С цялата религиозна свобода, с която разполагаме днес, ние често забравяме, че е имало време, в което църквата е управлявала с желязна ръка и практиките отвъд строго ортодоксалното са били наказвани със затвор или смърт. Ето защо подобните на Дорн изследователи, които следвали алтернативни методи на духовност, използвали думата „алхимия“, за да прикрият какво правят и да избегнат преследването:

„Всеки, който е изучавал алхимия години, следвал е предписанията и е правил експериментите с пълно отдаване, любов и повторение, променя собствената си личност. Само ако промениш личността си в такава с магически потенциал, ти ще можеш да трансформираш външните материи.“¹²¹

Да трансформираме личността си в такава, която има магически потенциал, е загадъчната пътека на създаване на вътрешен храм. Избираме убеждения, носещи „магически потенциал“, и ги запечатваме в подсъзнанието си според разбирането си за възможното и конкретните представи, които ни водят.

Необходимо е да се замислим дълбоко за модела на реалност, който ще създадем, защото каквото и да създаваме във „вътрешния храм“ то става наш закон и истина, в който ще „живеем, дишаме и съществуваме“. Няма ограничения за това, което можем да създадем, затова е нужно да избираме мъдро, обръщайки се към знанията и опита, които сме натрупали. Това е „храмът, построен без човешки ръце“. Тухла след тухла, мисъл след мисъл, упражнение след упражнение, ние строим вътрешния си храм. Пренастройваме веригите в мозъка си с тези практики, само че този път го правим съзнателно, разбирайки напълно какво правим, и то целенасочено и с посока. Създаването на себе си по този начин е дело на прорицателя, на художника, на квантовия воин, и то едно велико дело. Да разберем нашите лични закони и да изградим собствен модел за реалността е финалното действие, с което е нужно да завършим процеса.

ДУШАТА

Сега и последната част от Аза е пробудена и в хармония с нас. Душата ни е раздвижена чрез десетте хиляди неща, които съставят живота ни. Те са храната за нашата душа. Свещените рани, знаците, сънищата, ритуалите, молитвите, плетенето на мрежата, запечатването на убежденията, развиването на характера, премахването на дребнавостите, концентрацията - всичко това са дейности,

120 Jeffrey M. Schwartz and Sharon Begley. *The Mind and the Brain: Neuroplasticity and the Power of Mental Force* (New York: HarperCollins, 2002).

121 Gerhard Dorn, *The Speculative Philosophy*, trans. by Paul Ferguson (Glasgow: Adam McLean publisher, 1979).

малки и големи, които водят душата ни към пробуждане. По този начин е замислена играта, защото без функционирането на душата ни вътре в нас, ние няма да можем да играем космическите игри с какъвто и да е успех. Без да се пробуди душата ни, ние ще загубим вътрешната си представа, необходима

за да играем на по-високи нива. Но ако душата ни е активна вътре в нас, тогава всичко се променя. Сега можем да се вслушаме вътре в себе си и да бъдем насочени, защото тази наша част има напълно нови идеи за това как да живеем живота си. Сега тя активно участва в проектирането на новия ни модел на реалността. Душата ни става играч в играта, водещ ни по неочаквани пътеки. Когато това се случи, ние вече знаем, че играем космическата игра действително.

В кабалистичното учение първата среща със загадките на душата се нарича Типарет. Тя се случва, когато умът започне да комуникира със съзнанието на душата. Добродетелта на този път се нарича „Посвещаване на Великото Дело.“¹²² Великото дело, разбира се, е трансформиране на себе си по начин, който ни позволява да „виждаме и знаем неща“, които са отвъд възможностите на ума. Значението на думата посвещаване е изпълнено със смисъл - тя (думата) ни говори, че не изпитваме просто празно еднократно любопитство, а концентрираме пълното си внимание в нещото. Представата ни за това какво е възможно се актуализира и приоритетите ни се променят спрямо нея. Така про-буждането се превръща в главна наша цел и всичките ни действия се разглеждат от тази позиция, а десетте хиляди неща се превръщат в средства за постигането на тази цел.

Първото митично определение за душата е *Навигатор в космическата игра*, който в същата степен може да бъде разгледан и като навигатор към истинските ни Азове, към вечните ни Азове. Чрез пробуждането на душата пътеките към вътрешните измерения се разкриват. Тази игра е различна от играта на монопол и изведнъж, за изумление на ума (и огорчение, когато се разкрие истината), той открива, че правилата и обектите са се променили. Докато монопола е игра на натрупване, направлявано преди всичко от ума, космическата игра е игра на отпускането, ръководена преди всичко от душата. За ума е трудно да разбере и възприеме промяната, защото с годините игра на монопол е възприел идеята за натрупване в изключително силна степен, и продължава да се стреми към това. А в тази игра главната цел е да „стигнем“ до душата си. И в същото време истината е, всъщност не ние достигаем душата си - тя достига до нас.

Пробуждането на душата ни означава да позволим на тази вечна своя част да играе космическата игра по свой собствен изобретателен, често неразгадаем начин. Отказваме се от живота, който сме планирали, за да открием живота, който ни очаква.

Това за нас е драстична промяна, към която е необходимо да се приспособим. В Библията е казано, че е нужно да загубим живота си, за да го намерим, и че по този начин ние се раждаме отново в духа. Суфисткият поет и мистик Руми говори още по-драстично за това: „Подпалете живота си!“¹²³ Всички тези препратки говорят символно за една основна трансформация. Нещо истински дълбоко се случва, когато се намираме в космическата игра, водени от душата. Това е вид позволение да бъдем водени от непознатото, вярвайки, че вървим към космическата си съдба. Този нов начин на живот изисква вяра, но не вяра на сляпо. Това е вяра, която идва и е подсилена от нашето обучение на воители. С душевна осъзнатост ние разбираме как започваме да приемаме космическата перспектива и не се губим в детайлите на живота. Чувстваме как се променяме към нещо по-голямо, по-мъдро, по-велико, а това ново чувство ни успокоява и изпълва с увереност. Това е началният стадий на пробудената душа.

Сега душата ни изисква плодородна почва, върху която да покланат нейните космически семена, така че е нужно да ѝ помогнем. Подходящо подготвеното подсъзнание се превръща в тази плодородна почва. То е призовано да изпълни най-великата си задача досега. Зададена му е толкова грандиозна и вдъхновяваща задача, че то се чувства длъжно да действа, защото космическата игра е пробудила и него по неочакван досега начин. Същност и умът се издига до най-висшето си ниво и потенциал, когато играе космическата игра. Тази игра дава най-доброто за ума, защото той бива предизвикан по начини, които никой друг не може да измисли. Така играта придобива огромни митични мащаби, при което се разглеждат понятията за вечност, единство и измерения отвъд времето и пространството. Вдъхновен, умът приема приключението, и с „посветеност и повторение“ приготвя с подходящи убеждения подсъзнанието за прехода, трансформацията. Чрез работата на вътрешното поле и посяването на духовни понятия в подсъзнанието, ние узряваме и се приготвяме за това, което идва. Космическите семена намират в нас мястото, където да се развият.

¹²² Dion Fortune, *The Mystical Qabalah* (Maine: Samuel Weiser, 1993), 188. ¹²³ *The Essential Rumi*, New Expanded Edition, trans. by Coleman Barks (New York: Harper Collins, 1995).

Обучението ни на воители ни учи, че за да се пробудим, всички наши части е нужно да бъдат цялостни, функциониращи и работещи в хармония една с друга. Не бива да се фокусираме

само върху едно част, независимо дали това ще е умът или тялото. Често в играта на монопол се фокусираме само върху развиването на ума и подсъзнанието, пренебрегвайки останалите части. По същия начин, когато открием космическата игра, ние опитваме да постигнем духовна осъзнатост, а това също е грешка. Ако се фокусираме върху душата си прекалено много или прекалено рано, ние всъщност бягаме от житейските предизвикателства и болка, преценявайки бягството като бърз изход от проблемите. Това е духовна незрялост, поради която е нужно да включваме всички наши части по равно. Докато това не се случи и не сме установи хармония в царството на Аза, ние няма да може да напредваме в духовния свят, защото ненаблюдаваните тъмни наши сенки могат да ни повлекат назад и да нанесат безпорядък. Докато не сме си свършили работата, тренирали ума, пробудили мъдростта на тялото и станали партньори с подсъзнанието, до този момент душата ще изглежда не-достижима. Метафорично казано, преди просветлението, изперете дрехите, почистете къщата и се научете да правите вкусен омлет. Да пробудиш душата си не само не значи бягство от живота, а дори по-активно участие в него.

Будистите вярват, че цялото говорене за душата всъщност ни разсейва и подвежда. Те говорят за стремеж към просветление, и в много отношения имат право. Лесно е да се загубиш в догматичната представа за душата, забравяйки че духовното съзнание не е идеалистично понятие, а модел на живота по един изключителен начин. В крайна сметка всички различни духовни традиции говорят за трансформиране на обикновеното ни съзнание в нещо по-голямо и велико, за да има смисъл съществуването ни. Плодът на пробуждането е служенето на другите и това е начинът да разпознаем духовното си осъзнаване.

ДУХОВЕН ТРУД В ЕЖЕДНЕВИЕТО

В Дзен будизма различните етапи на просветлението понякога се представят чрез десет картини на стада волове.¹²⁴ Волът символизира истинския ни Аз, пробудената ни същност. Процесът често е определян като „отглеждане на вола“. Пробуждането е една епична борба между ума с неговите заблуди и истинското Аз. Последният стадий на просветлението е „Отиване на пазара с помагачи ръце“¹²⁵ Свещеният текст гласи: *„Вратата към неговата къща е затворена и дори най-мъдрият не може да я намери. Неговата мисловна панорама накрая е изчезнала. Той върви по собствения си път, без да опитва да следва стъпките на предишните мъдреци. Той води ханджиите и продавачите на риба*

*по Пътя на Буда. Без обръщане към тайнствените сили, изсъхналите дръвчета той бързо прави да разцъфнат."*¹²⁶

Ясно е, че нещо доста невероятно се случва, когато постигнем това ниво на осъзнаване. „Без обръщане към тайнствените сили, изсъхналите дръвчета той бързо прави да разцъфнат" - това показва, че когато сме пробудени по този начин, дарбите и способностите се отключват, защото ние ставаме самото добро. Ние сме средството, чрез което вселената благославя десетте хиляди неща.

Колко по-ясно е нужно да бъде това? Колко проста и същевременно дълбока е идеята, че разцъфването на съзнанието на нашия вид стига до точка, в която най-високото призвание е да служим един на друг. Исус определя това с думите, че най-великият измежду нас е нужно да бъде слуга на всички.¹²⁷

ДУША-ТЯЛО

Второто митично определение за душата е *Пробуденото сърце*. Когато душата ни се пробуди, сърцето ни надминава границите на Аза, разливайки се във всички неща. Пробуденото сърце чувства единството ни с всичко.

Душата и тялото са уникално свързани и тази връзка ни води до прозрения в и за душата. Душата и тялото са създадени, за да действат като синхронизиран екип, така както съзнанието и подсъзнанието работят ръка за ръка. Тялото знае единството ни с всичко, защото може да го усети. Пробуденото сърце копнее да открие другите, да ги подкрепи, да преживее единството с другите, а това отваря път към истините, които сърцето съдържа.

Въпреки че умът може да знае теоретично, че всички сме едно, той никога няма да е сигурен, защото не може да го почувства. Дори и просветеният ум не може това, докато сърцето чувства тази истина толкова близка, че чрез следване на пътеката на пробуденото сърце ние също можем да я

¹²⁴ Оригиначните рисунки и съпътстващите ги коментари се приписват на Куо-ан Шин-Йан (Какуан Шиен), китей-ски Дзен учител от XII век.

¹²⁵ Kapleau323.

¹²⁶ Пак там.

почувстваме. Сърцето чувства и по този начин обича, а чрез любовта желае да служи, да „отиде на пазара с помагащи ръце."

Исус е знаел това, когато е казал на учениците си *„защото гладен бях, и Ми дадохте да ям; жаден бях, и Ме напоихте; странник бях, и Ме прибрахте; гол бях, и Ме облякохте; болен бях, и Ме посетихте"*. Учениците му били озадачени от тези думи, защото не знаели за кое точно събитие се отнасят. Той отговорил: *„доколкото сте сторили това на едного от тия Мои най-малки братя, Мене сте го сторили."*¹²⁸

Желанието на душата да служи не е просто някаква идеалистична представа, при която се посвещаваме на цялото човечество, а е по-скоро истинското призвание да служим на нашия кръг от хора - семейство, роднини, съседни, колеги, непознати, тези с които се познаваме бегло и т.н. Исус ни призовава да обичаме съседите си като себе си¹²⁹, но това невинно е лесно. В нашия забързан живот често виждаме помагането като неудобно, а ако е „неудобно" - още по-добре, защото така то (помагането) проверява дали разбираме новата игра, която играем. И ако се чувстваме действително така, нужно е да се запитаме на кого точно му е „неудобно"? На коя част от нас? На ума? На душата? За нея никога не е неудобно да помага и да служи на другите. Когато душата ни се пробуди, се случва изменение в парадигмата, и ние се променяме. Променяме се, не защото се чувстваме задължени да живеем различно, а защото чувстваме единството си и желаем да живеем по различен начин. Виждаме потенциала и стойността на това да водим живота си по този нов начин. Чувстваме какво ще представлява този нов живот.

Исус говори за това със следните думи: *„Пак е подобно царство небесно на човек търговец, който търсеше добри бисери; който като намери един многоценен бисер, отиде и продаде все що имаше, и купи го."*¹³⁰

Забележете, че това е един „мъдър" търговец. Той заменя нещо ценно за нещо още по-ценно. Много е важно това да бъде разбрано. Променяме се, не защото чувстваме някакво духовно задължение да бъдем по-добри. Тъкмо противоположното - правим го, защото виждаме възможностите за себе си. А това се превръща в средство за личностно израстване. Виждаме го като начин да внесем много повече щастие и удовлетворение в живота си. Това е много добре пресметнато решение, направено от личен

интерес, и е необходимо да знаем това, ако сме решили да предприемем промяната. Безполезно е да опитваме да се променим, само защото си мислим, че това се очаква от нас. Правим го, защото виждаме огромна стойност в това, и точка.

Превръщаме се в мъдрия търговец, правим размяната, но сигурно се питате какво купуваме и продаваме при това? Продаваме старите си убеждения, неработещите модели, дребнавостта и всичко, което спира развитието ни и ни разделя от цялото. Веднъж след като ги продадем, си купуваме пробуждане, космическо съзнание и нов живот. Заменяме стария си живот за нов, и го правим, защото вселената ни насърчаваме да го правим, предлагайки ни съкровища в замяна.

Доген, Дзен-учителят от тринадесети век, описва този процес като „напускане на дома.“¹³¹ Не става въпрос за физическо напускане на мястото, което обитаваме, на семейството ни, на работата ни, а по-скоро на самите себе си. Изоставяме старите си неработещи начини, за да поемем пътуването към истинското си Аз. Доген определя това като напускане на дома, което е същото като това да се посветим на пробуждането. От решението да направим това се развива целият ни живот. Играем най-високото ниво на космическата игра, когато правим това.

В кабалистичната космология се разказва, че когато вселената била създадена, в самото начало Божественият план бил разделен на множество части като по една част била дадена за всяка душа.¹³² Нито една отделна душа не знае какво съдържа целият Божествен план, както и няма да разбере, но е длъжна да разкрие своята част от плана и да я реализира във времето и пространството.

Нашата съвременна култура е пренебрегнала силно душата, а това не е учудващо като имаме предвид как ни програмират медиите, които непрестанно ни „повтарят“ ценностите на консуматорството и ни провокират да купуваме и трупаме все повече неща. Често се подлъгваме по това и сме доволни за известно време. Но натрупването на вещи никога не би могло да ни удовлетвори за дълго време. Винаги ще сме неспокойни, ще жадуваме за нещо по-истинско и автентично, за нещо по-удовлетворяващо. Докато не пробудим душата си, винаги ще чувстваме някаква липса, без

128 Евангелие на Матей, 25:35-45.

129 Евангелие на Матей, 22:39.

130 Евангелие на Матей, 14:44-46.

131 Cook 45

132 Knight.

значение какво ни се случва. Можем да опитаме да потиснем това усещане чрез материални блага, връзки, секс, наркотици, пари, приключения, но те никога няма да могат да заменят душата. Те са временни решения, а дълбокото неудовлетворение ще остане, защото друг е повикът на душата ни, копнееща за нещо по-съществено.

Умът ни помага по време на пътя към трансформацията, макар че и той също се мъчи да разбере. С напускането на дома започва пътят и ние го вървим стъпка след стъпка, ден след ден. Процесът изисква време и е нужно да му отдадем това време. Необходимо е да сме търпеливи, защото няма да разберем всичко или да се пробудим отведнъж. Подпомагаме ума си в разбирането на космическите истини, които не са лесни за разбиране. Колкото повече умът започне да разбира тези истини обаче, толкова по-близка става връзката му с душата. Ставаме признателни за всяко осъзнаване, дори то да е съвсем просто. На този етап не се опитваме да превъзхождаме ума, а по-скоро го използваме, за да достигнем по-високи сфери. Той е добре трениран и сега действа вместо нас. Катерим се по планината на съзнанието стъпка по стъпка, подскачайки пъргаво от камък на камък, през езера и процеци, понякога падаме и губим пътя си, но продължаваме да се катерим, по-високо и по-високо, и така достигаме непостижими преди височини. Когато дойде точното време, старият ум си отива сам, пада като узрял плод, и ние откриваме нещо ново и изключително.

Будистите наричат този нов стадий на съзнание „отпадане на ума и тялото“¹³³. Това е само метафора, разбира се, защото продължаваме да имаме тяло и ум. Но умът вече не е ограничен със загриженост само за себе си, а се превръща в огромен океан, а тялото ни става целият свят. Християнският мистик от четиринадесети век Мейстер Екхарт определя този преход с думите „Целият свят е моята душа“.¹³⁴

Това е пътят, по който квантовият воин се превръща в човешко същество. Десетте хиляди неща са ни пробудили. Вече

неподлежащи на дребнавостите и сянката си, пробудили четирите си енергийни части, сега ние можем да отидем на пазара с помагачи ръце. Където няма хармония, ние я носим, за тъгата носим радост, за болката -утеха, за отчаянието - надежда. Стариият начин на живот в нашия ум и това да правим нещата само за себе си си отиват, за да се появи нещо ново и велико в нас. Започваме да живеем в ума на Буда, в съзнанието на Христос, в космическото съзнание, и това става нашият дом. Космическата игра е завършена. Въпреки че ще има други игри (винаги има още игри), тази вече е завършена. Ние сме се пробудили. В отдаването си сме открили, че ние сме всичко. А това действително е бисер с огромна стойност.

В тази точка на пътуването ни митологията на война си отива. Стигнали до брега на осъзнаването си, превозното средство вече не ни е нужно. Защо са ни вече карти, модели и учения? Ето защо за финалния етап от просветлението е написано *„Той върви по собствения си път, без да опитва да следва стъпките на предишните мъдреци.“*¹³⁵ Няма какво да следваме. Сега ние сме нещо напълно уникално, нещо неவிжданo преди в космоса, и точно така го е планирала вселената. Божествената искра, която е кодирана в нас от самото начало, сега е запалена в света. Тяло, душа, ум и свят се сливат в едно.

Когато сме разбрали пълните възможности на тази пътека, нужно е да си зададем един много важен въпрос. Знам ли наистина какво точно правя? Пътуваме през времето, плетем мрежата, запечатваме в подсъзнанието, избираме убеждения, разкриваме сянката си, колективното несъзнавано, създаваме нови модели за реалността, пробуждаме душата си, превръщаме се в квантови воители... Всичко това изглежда толкова невероятно, че е нужно да се запитаме дали не живеем в някаква илюзия като следваме този път. Краткият и прост отговор е „Не“. Но за наша радост, имаме метод да проверим това честно. Просто се вглеждаме в живота си и се питаме „Как върви той?“ Успявам ли в задачите, които си поставям? Добре ли се справям? Как вървят връзките ми? Как е връзката със съпруга/съпругата ми, семейството и приятелите ми? По-щастлив ли съм, по-спокоен ли съм от преди да започна тези практики? Ставам ли по-съпричастен към другите и разбирам ли ги по-добре? Отговорите на тези въпроси ни казват много и е нужно да се доверим. Можем ли да се чувстваме изпълнени с радост и щастие от обикновените ежедневни неща, като гледката на луната или играещите навън деца? Помагаме ли на другите? Винаги можем да се доверим на магическото огледало на живота ни да ни покаже как се

Чрез практикуването на квантовата умствена сила ще започнем да забелязваме позитивни промени в живота си, във взаимоотношенията си с другите, а те пък ще забележат тези промени, подобренията в нас. Пътят на Воина води до резултати както за нас, така и за другите. Ако не получим тези резултати, или пък те са много незначителни, значи е нужно да се спрем и да проверим какво точно правим. Възможно е тази пътека да не е за нас и е по-добре да потърсим нещо друго. Така или иначе, винаги стигаме до живота. Доверяваме се на това, което ни казва животът ни. По този начин можем със сигурност да избегнем заблудите.

За мен е важно да споделя с вас и това, че повечето шамани, мистици и учители, които познавам, с които съм учил и съм се сприятелявал за повече от четиридесет години, са обикновени човешки същества. Те могат да са възхитителни в един момент и неосъзнати в друг. Това са просто хора, каквито сме и ние с вас. Те имат отговорности, грижат се за семействата си, борят се с тъмните си страни, правят грешки - те всички са истински човешки създания. Споделям това с вас, защото е важно да не си мислите, че пътят на квантовия воин е идеалистична концепция, която важи само за няколко от нас. Пътят е достъпен за всеки, който чуе неговия повик, който е готов за приключението.

Вероятно най-ценната информация, която някога съм получавал, ми е дадена от лечителя Чипева, Слънчевата мечка¹³⁶, в един слънчев следобед, когато щяхме да участваме в празнична церемония. Казаното от него не беше изразено по някакъв грандиозен начин, така че Чипева едва ли си е дал сметка колко силно впечатление ми направи:

„Лечителят е толкова добър, колкото сам вярва в себе си. Нито повече, нито по-малко. Всеки от нас има собствена чанта с фокуси, които работят за него. Няма двама, които да са еднакви. Всеки от нас намира собствената си пътека и живее собствената си истина такава, каквато е тя за него.“

С тези обикновени думи Слънчевата мечка ми разкри нещо много силно. В думите му нямаше никаква претенция или желание за издигане над другите. Той беше обикновен човек, който вярваше в себе си и имаше своята „чанта с фокуси". Той бе истинско човешко същество.

Понятието „чанта с фокуси" е прекрасно подбиране на думите, защото едновременно разглежда загадъчното и го опростява. То изхвърля онова, което понякога наричам „зловонието на духовността"- претенциите и духовната арогантност, които понякога превземат търсачите и учителите с напредването им в разбулването на загадките. Всеки от нас събира своята „торба с фокуси", независимо дали ще я наричаме така, и „така се случват нещата". Квантовите воители, шаманите, мистиците, будистките монаси, успешните предприемачи, великолепните художници, работещите майки - всички имаме свои торби с фокуси, които ни помагат в живота. Да бъдеш квантов воин значи да имаш торба с фокуси, нищо повече или по-малко. Всеки от нас избира собствените си средства, за да се справя по пътя си. Ние ставаме или правим това, което желаем. Имаме свободната воля да изберем убежденията си, да поставим целите си, да проектираме живота си. Можем да следваме пътя на другите или да поправим свой собствен. Всичко съществува за нас като възможност.



13.

ЕВОЛЮЦИЯ НА СЪЗНАНИЕТО

Преминаваме от несъзнателна еволюция чрез естествен подбор до съзнателна еволюция чрез избор.

Барбара Маркс- Хубард

Когато бъдещите историци описват еволюцията на човешкия вид през двадесет и първи век, възможно е този век да бъде разгледан като най-прекрасният за човечество, времето на Великото пробуждане, в който космическото съзнание обгръща

земята, променяйки всичко. Това ще се случи, ако достатъчно от нас го изберат и започнат да си го представят.

Общата представа, която всеки от нас има за бъдещето, е това, което всъщност създава бъдещето. Поради това вярата ни в едно прекрасно „утре“ се превръща в наша социална и духовна отговорност. Имаме нужда от представи, съвсем различни от почти постоянно песимистичните финансови, социални и глобални сценарии, с които ни заливат медиите. Тези неработещи представи плетат мрежата и създават енергийно поле, което привлича именно резултатите, от които се страхуваме. Ако общото убеждение на нашия вид е безнадеждността, то тези мощни послания си проправят път към

136 Слънчевата мечка бе учител и пророк, главен лечител в племето на Мечките.

колективното несъзнавано, а за съжаление милиони от нас вплитат точно такива представи без дори да си дават сметка какво правят. Всеки от нас може да поеме отговорността за промяна на енергията в друга посока. Вече не може да претендираме, че мислите и действията ни нямат значение - ако го вярваме, значи не сме воители. Нека всеки от нас поеме своята отговорност да плете мрежата всеки ден с квантовите възможности на нашия вид. Ако желаем да помогнем на света, можем да плетем мрежата с нашата любов, изобретателност, съпреживяване, радост, щедрост... с всички добри и възможни представи. Нека изберем да вярваме, че ни предстои славно бъдеще, защото всеки може да повярва в това чрез избора си.

Винаги има вероятност за това, че освен привидно безкрайните ежедневни предизвикателства и кризи, които срещаме, край нас се случва и нещо по-велико - ражда се космическото съзнание на нашия вид. С пробуждането, което ни носи космическата игра, ни се разкриват и нови представи и възможности. Когато започнем да търсим истински, ние разбираме, че сме нещо повече от съпрузи, родители, адвокати, шофьори на такси, синове, дъщери. Изведнъж разбираме, че ние сме свещените наследници на човешкия род, управителите на съзнанието, тъкачите на модели, притежателите на всички възможности. Мощното съзнание, което създава вселената и е съществувало във всеки един момент от това създаване насам, се влива в нас, изпращайки зов към скритите ни таланти, показвайки ни пътя към съдбата ни. Нашето лично съзнание, подхранено от космическия източник, се

превръща в нещо ново. Метаморфозата се случва и е нужно само да се отпуснем и да се доверим на процеса, позволявайки му да ни отведе там, където ни е определено.

Човешката раса е един гениален вид с безгранични възможности. Въпреки че историята ни е наситена с войни, алчност и несправедливост, тя също така е изпълнена и със съчувствие, щедрост и величие. Пътували сме в пространството и сме надникнали дълбоко в микросвета на субатомната енергия. Трансплантирали сме органи от един човек на друг, изцелили сме много болести. Изобретили сме печатарската машина, Интернет, създали сме великолепни художествени и литературни творби. Нашият вид има изключителна история на новаторството, изобретателността и доброто. Всичко това заедно се вплита сега в колективното несъзнавано, призовавайки всички нас към повече и по-велики дела.

Кодът на еволюция на съзнанието, който е бил скрит толкова дълго време, сега се пробужда в нас, призовавайки нашите таланти и доброта. Мозъците ни биват неврологично препрограмирани с космическите кодове, създадени да разпознават сигнали от нас и от средата ни, както и от бъдещето. Ако моето предположение е вярно, сигналите вече са активирали тези скрити кодове, предизвиквайки еволюционна промяна, която ни тласка ежедневно към една неизследвана територия. Всичко това се случва, докато отглеждаме децата си, обезпечаваме съществуването си и се опитваме да постигнем един щастлив и смислен живот. Това се случва без да го забелязваме, но дори и този факт е предречен.

Библията говори за Второто пришествие, което от строго фундаменталистка гледна точка означава Второто пришествие на човек, наречен Исус Христос. От друга страна, има и все повече теолози¹³⁷, които вярват, че Второто пришествие не е на човекът Исус, а е на Христовото съзнание - съзнание, което ще дойде като „крадец в нощта“¹³⁸. Значението на тази аналогия е ясно. То ще се случи дори без да забележим, точно както се случва сега. Нека не се заблуждаваме, следващият еволюционен скок на планетата ни е скок на съзнанието, който се случва пред очите ни.

Новото мислене проправя пътя си в колективното несъзнавано, старателно тъче енергийните полета, дори докато четете това. Приливът на промяна ни достига и в него участват по-големи сили от тези, които можем да си представим изобщо.

Никои от нас не знае все още ролята, която сме призвани да изпълним. Съдбата ни шие загадъчни гоблени. Когато се върнал от Луната с космическата совалка, астронавтът от Аполо 14 Едгар Мичел казал, че имал „мистериозно преживяване". Когато приближавал планетата, в него се появила странна вътрешна убеденост. Той интуитивно знаел, че красивата синя планета, при която се завръщал, била част от по-голяма, хармонична жива система, която по-късно нарекъл „вселена от съзнание". Като инженер и учен, капитан Мичел се чувствал най-добре в света на рационалното. Никога преди не бил преживял нещо подобно, и това преживяване, заедно с придружаващото го разбиране, драстично променило светогледа му. Той изведнъж разбрал това, че въпреки огромните технологически постижения в науката, ние тепърва започваме да изследваме най-дълбоката загадка на вселената - тази

137 Вероятно най-известният теолог, подкрепящ ясно тази теза, е Матю Фокс, в книгата си „Идването на космическия Христос" (*The Coming of the Cosmic Christ*).

138 Евангелие от Петър, 3:10.

на самото съзнание. Мичел се убедил, че неизследваната територия на човешкия ум е *„следващият предел, който ще се изследва, съдържащ възможности, които трудно бихме могли да си представим"*?¹³⁹

Мичел тогава дори не предполага, че това негово преживяване ще доведе до основаване на „Института за абстрактни науки" и до това да посвети живота си на изучаването на съзнанието. Често не осъзнаваме огромното влияние, което отделните събития оказват върху нас. Не след дълго, ако се обърнем назад, можем да осъзнаем значимостта, която тези случаи са имали за живота ни. Аз самият нямах никаква представа, когато построих колибата си в планината преди четиридесет години, че ще посветя живота си на съзнанието.

Всеки от нас носи в себе си уникална частица от космическия код, мъничко парченце, което не прилича на нито едно друго създадено някога, а това е чудото и загадката на човешкия вид - всеки един от нас е призван да изрази своята уникалност. Вселената дарява щедро семената на дарбите, талантите и съдбите сред човешкия род, знаейки че някои ще попаднат на плодородна почва, а други - върху камък. Не всички заложи ще бъдат открити и изразени, просто така е замислено всичко. Но

дори да бъдат открити и изразени, не всички заложби ще се развият и узреят. Това, чийто зов ние чуваме, е нашата дарба, а нашата съдба е само наша и е нужно сами да я изживеем. Художникът и хореограф Марта Греъм говори за това по следния начин: „Има виталност, жизнена сила, енергия, поток, които чрез вас се превръщат в действие. И понеже вие сте уникални, вашето изразяване също е уникално. А ако го прекъснете, то никога няма да съществува в друга среда и ще бъде изгубено“¹⁴⁰

Много съдби и дарби, създадени да подпомагат и обогатяват човечеството, са били погубени от тези, които са мислили, че нямат какво да предложат, които са се съмнявали в себе си или са имали по-важни приоритети, и нашият свят страда от тази загуба. Всеки от нас е нужно да приеме като свещено задължение това да открие и сподели своите дарби, своето парченце от съдбата, без значение колко просто или велико си мислим, че е то. А как можем да знаем дали заложбите ни са прости или велики, ако не почнем да ги изразяваме и видим докъде ни водят? Няма как да имаме представа накъде може да ни заведе съдбата...

ТЕОРЕМАТА ЗА ЕДНАТА ДЕСЕТА ОТ ПРОЦЕНТА

Мощният лазерен лъч функционира чрез създаване на кохерентност между светлинни вълни. Светлината е съставена от милиони пакети светлинни вълни като всяка от тях вибрира с честота, малко по-различна от тази на вълната до нея. Ако успеете да накарате дори само една десета от един процент на тези светлинни вълни да вибрират на една честота (това е 1000 от 1 000 000), всички останали автоматично се изменят, съгласуват се и почват да вибрират еднакво, създавайки мощен лъч.

Причината, поради която ви споделям това, е, че е напълно възможно да има квантов номер, свързан със съзнанието, който да отговаря на същата пропорция. Ако това е така, от космическа еволюционна гледна точка всеки от нас се брои за хиляда. А това вдъхва надежда. Би било плашещо, ако сме си мислили, че цялото човечество или поне повечето от хората е нужно да мислят и действат по новите начини, преди да видим значителна промяна в съзнанието. Но ако, както при лазерния лъч, е необходим някакъв минимум от хора, които да предизвикат отключването на космическото съзнание, тогава става далеч по-приемливо, че това може да се случи и се случва бързо, дори в нашето ежедневие. Ако една десета от един процент е всъщност магическата пропорция, при биологичен вид от около седем милиарда, би

било необходимо седем милиона от нас да се пробудят, за да отключат събитието. А това е съвсем изпълнимо. За да предизвикаме космическото съзнание, имаме нужда само един на всеки хиляда души да се вдъхнови от тази представа, да поеме пътеката на квантовия воин или някоя подобна дисциплина.

Тази промяна ще се случи, ако достатъчно от нас повярват, че личното ни пробуждане има значение, и действаме по съответстващ начин. Индивидуално, един по един, е нужно да развенчаем убеждението, че няма значение какво вършим. Има абсолютно голямо значение какво правим. Един след друг ние заемаме мястото си и плетем мрежата си с нашите представи и действия. Ако мислим, че няма значение дали допринасяме или не, това убеждение ще ни спре да действаме.

В по-голяма или по-малка степен това е нещото, което се случва със света ни днес. Твърде много от нас мислят, че след като са само един човек, няма значение как мислим или действаме, но с квантовото си разбиране вече си даваме сметка, че не е така. Не само има нужда да вземем участие и

139 Edgar Mitchell, *The Way of the Explorer* (Career Press 2008) and Institute of Noetic Sciences - <http://www.noetic.org> 140 Agnes De Mille, *Martha: The Life and Work of Martha Graham* (New York: Random House, 1991).

да действаме, но и да направим това по революционен начин. Една десета от един процент от нас е нужно да чуят повика и да действат по квантов път, за да пробудят космическото съзнание в нашия вид. Кой могат да са тези хора? Мисля, че това сме ти и аз.

Това, което прави тази представа толкова завладяваща и възможна, е, че няма нужда всеки да се отзове, за да се случи нещо изключително на планетата. Има нужда само от една десета от процента. Няма нужда и от това да сме нобелови лауреати, милионери, велики творци, прорицатели или дори, в тази връзка, да имаме да предложим нещо изключително. Нужно е само да бъдем себе си. Всеки от нас е призован, така че се вслушваме вътре в себе си и действаме според това, което ни се разкрива. Действаме по начин, който ни се струва подходящ.

Аз вярвам, че този еволюционен скок в съзнанието предстои (в следващите няколко поколения), отчасти заради кризите, през които преминава светът днес. Промени в климата, пренаселване, бедност, нови болести, ядрено оръжие - списъкът от

катаклизмите, които срещаме, е почти безкраен. Дори да изглежда противоречащо на логиката обаче, тези настоящи кризи са знаци на надеждата, защото кризата винаги предхожда промяната. Днешните катаклизми, различно от всичко, което светът е виждал преди, определено могат да са еволюционните будители, които да активират препрограмираните кодове в нас и да пробудят космическите потенциали, от които се нуждаем сега. Може би случващото се сега е едно квантово Дарвиново оцеляване на видовете, само че този път то се случва в съзнанието. Възможно е нашите вътрешни космически програми, почувствали тази вибрация, да отговорят по начина, по който са били програмирани да го направят, издигайки ни на друго ниво на съзнание, при което изведнъж почваме да преживяваме всичко по различен начин.

МЕМОВЕ

Мемовите са базови идеи, които организират мислите ни и придават смисъл на индивидуалните ни действия. Както невроните построяват в мозъка невронни вериги, така и мемовите строят култури и създават общи представи. Авторът Хоуард Блум обяснява това по следния начин: *„Мемът е саморепликираща се група от идеи. Благодарение на редица биологични трикове, тези представи се превръщат в лепилото, което закрепя цивилизацията, давайки на всяка отделна култура нейна собствена форма.“*¹⁴¹

Мемът пътува от един човек до друг, от група на група, подобно на разпространението на вирус, и в крайна сметка достига до всички. Всяка култура се нуждае от представи, които да ѝ вдъхнат смисъл и цел. Когато една култура загуби представата си, тя губи пътя си въобще. В много отношения това е нещото, което ни се е случило днес. Нашите съвременни мемове - консуматорството, егоцентризмът, това да станем богати на всяка цена и т.н. - имат съмнителна стойност, а и ние сме ги наследили от културата си, и те живеят в нас като вибрационни призиви.

Обикновено всеки от нас приема общоприетите културни гледни точки без дори да се замисли за тях или да забележи откъде са породени те. Досега мемовите се появяват повече или по-малко несъзнателно, направлявайки действията ни по съответния начин. Но това, че вече се пробуждаме, ни дава шанса да видим и разберем себе си различно. Сега, със своето квантово разбиране, можем да започнем да поемем избора да запечатим революционни животоутвърждаващи мемове, които да създадат едно позитивно бъдеще за всички ни.

Мемът на еволюцията на съзнанието е именно такъв мем. Мемът, че всеки от нас се брои за хиляди други, пък е друг мем. Всички те могат да се разпространят много бързо при състоянието на еволюиращото ни съзнание, да не говорим за усъвършенстването на съвременните ни комуникационни системи. В този забързан век на мигновената свързаност идеите могат да се разпространят със светкавична скорост. Популярно видео в YouTube може да достигне милиони за един ден, петдесет или сто милиона за седмица. Facebook, Twitter - тези нови среди ни дават техническата основа да разпространим нови мемове по невиждан досега начин. Не е никак случайно това, че съзнанието и технологията се развиват заедно. Тук има вълна, която твърде много напомня за другата, за да я игнорираме. Интернет е технологичният еквивалент на енергийната мрежа. И двете са системи, при които получаваме незабавна свързаност и достъп до цялата информация, при което всеки от нас се „включва“ към цялото. Това, че както технологията, така и съзнанието еволюират със светкавична скорост по едно и също време в нашата история, е най-малкото интересно съвпадение. Не бихте се заблудили, ако предположите, че има някаква синхронизираност при всичко това.

141 Howard Bloom, *The Lucifer Principle* (New York: Atlantic Monthly Press, 1997).
Концепция трета от пет основни кон-цепции.

Може би това е начинът, по който винаги е било замислено да бъде. Американският философ Беатрис Бруто смята следното: *„Мисля, че е нужно да виждаме технологиите си като нещо свещено... като виталния прогресиращ предел на симбиотичния космос”*¹⁴². Дали това означава, че вселената се развива точно така, както е необходимо?

Еволюционистът Барбара-Маркс Хубард мисли точно така. Тя вярва силно в силата на избора и е прекарала по-голямата част от живота си, посвещавайки го на човешкия потенциал, изучавайки важността на това всеки от нас да поема отговорност за собствените си убеждения. Тя обяснява своята представа по следния начин:

„Усилието да създадем и развием мемове е равносилно на това да нахраним гладните, да изцелим болните, да спрем насилието и да освободим света от отровните токсини. Най-прекият път на нашето оцеляване и развитие е да развием и свържем идейна система, която ни води към етическа еволюция. В миналото

мемовете са се появявали несъзнателно и са насочвали нашите действия, често без да го осъзнаваме изобщо. Но сега сме отговорни не само за действията си, но и за убежденията си също. Здравият разум ни казва, че ние оценяваме убежденията си според това как те ни влияят. Ако те ни правят по-любящи, изобретателни и мъдри, тогава те са добри. Ако ни правят зли, завистливи, отчаяни и нещастни, те няма как да са добри и е нужно да ги премахнем от съзнанието си. Нужно е да бъдем отговорни за това, в което вярваме."¹⁴³

Ето какво правим ние. Плетем мрежата с представите и убежденията си, построяваме модел на реалността за себе си, който отговаря на всичко добро и достойно. Извайваме себе си със съзнанието за доброто на нашия вид. Ако един от хиляда избере тази посока и действа по този начин, ние можем да променим света.

Еволюцията на съзнанието в момента ражда еволюционни творци във всяка култура - творци, които пишат историята по хиляди начини. Най-често именно творците, мистиците и прорицателите могат да почувстват първи всички промени, да създадат вдъхновяващи представи, които ни подтикват към действие. Когато тези идеи намерят място в масовите медии (например във високо бюджетен филм), ние вече знаем, че са станали и част от колективното несъзнавано, и скоро ще достигнат до всеки от нас. Това е вълнуващото на нашето време. Вдъхновяващите филми, музика, книги и постановки издигат представата на човечеството, помагат ни да видим себе си по нов начин в това велико и вълнуващо време, в което живеем, времето на Великото пробуждане, когато нашият вид еволюира до космическо съзнание.

Лека полека мемовете на еволюцията на съзнанието и това, че всеки от нас се брои за хиляда, ще се разпространят и наберат такава инерция, че милиони от нас ще почувстват истинността на тази представа, и ще започнем да мислим и действаме по начини, които ни изненадват. Еволюционните сили работят, призовават ни, и много от нас усещат това и започват да действат, всеки по свой собствен начин. Ето защо има толкова силна надежда за бъдещето.

Промените ще са малки, почти недоловими първоначално, но с усиляването на прилива, много от нас ще го почувстват също и ще бъдат вдъхновени да действат. Нашият вид е програмиран за тази възможност и ни очакват много изненади, ако веднъж преминем

критичния минимум. Когато седем милиона от нас почнат да действат по квантов начин, ще оплетем мрежата с представи, които вече няма да могат да бъдат спрени.

Ето за това квантовите воители са призовани да действат. Ние имаме представа какво е възможното и сме готови да живеем за него. Физиците може и да имат познание и разбиране за устройството на вселената, но воина взема и изживява това знание. Активното „изживяване на тези истини“ е това, което прави воина различен от другите практики. Важно е това да се отбележи. То също така показва разликата между пътищата на мистика и на воина. Мистикът може и да възприема вселената различно от представите на Нютон и да чувства свързаността си с нея, но той рядко действа активно, за да спомогне за случване-то на промени. Той е удовлетворен от това само да влияе на другите с вибрацията на това, което е, което наистина е необходимо и значимо. Квантовият воин обаче не само отразява по мрежата собствената си вибрация, но и допринася още повече като фокусира своята воля и въображение по начини, които най-високото му призвание извиква. Да бъдеш квантов воин е нова дисциплина за днешния свят. Това е път със свои методи, които ни помагат да се превърнем в завършено човешко същество, помагащо на човечеството в космическо осъзнаване. А това също е

142 Barbara Mars Hubbard, *Conscious Evolution: Awakening the Power of Our Social Potential* (Novato: New World Library, 1998), 59-60.

143 Hubbard, 83-84. Включително и лични разговори.

нашето признание да се пробудим, да реализираме потенциала си и да бъдем най-доброто, на което сме способни.

КАКВО Е ВЪЗМОЖНО

Нуждаем се от това да имаме революционни мисли, мисли толкова образни и вдъхновяващи, че да преминат през ограниченията на нашето недоверие и да ни шокират със своята дързост и образност. Това е единственият начин да променим себе си и света. Нобеловият лауреат Мухамад Юнус обрисова един подобен сценарий пред нас във Ванкувър - представа, която изглеждаше невъзможно да бъде измислена. Може би знаете, че Юнус е спечелил Нобелова награда за откриването на първата програма за даване на малки заеми на бедните, при която заеми

от няколко стотици долара или по-малко се дават на най-бедните сред бедните, за да могат те да се включат в малък бизнес. Ако си отчаян и нямаш нищо, живееш ден за ден, тогава вземането на заем, за да си купиш магаре или шевна машина може да е нещо огромно за теб. Програмата набира впечатляващ успех като отрано подпомага стотици хиляди хора по целия свят. Това е едно изключително постижение, но това, което истински ме вдъхнови, бяха думите на Юнус: *„Един ден, когато вече няма да има бедност на земята, те ще построят музеи, за да покажат на бъдещите поколения какво е била бедността, и тези бъдещи поколения ще са ужасени от това как хората са позволили това да се случи.“*¹⁴⁴.

Не премахването на бедността бе толкова впечатляващо за мен, тъй като аз мога да си представя това да се случи. Впечатляващо беше, че ще бъдат построени музеи, за да бъде показана бедността на бъдещите поколения. А те ще бъдат ужасени от това, че хората от миналото (вие и аз) сме позволили това да се случи - ето това ме разтърси наистина. Нещо в мен се промени и аз го видях. Видях бъдещите музеи, показващи условията на бедността, това как бъдещите поколения ще реагират с ужас, и усетих, че това е напълно възможно. А щом това е възможно, тогава имам социалната отговорност да помогна за осъществяването му като избира да повярвам в него и го вплета в мрежата. Всеки от нас има социалната отговорност да избира представите, които вдъхновяват и правят по-силен вида ни. Необходимо е да го има минималния брой от нас, които да мислят по този начин, за да можем да напредваме.

Когато космическото съзнание се роди, то ще промени не само нашия живот, но и цялото човечество, всяка сфера на живот, която сега познаваме. Ще се случи и една еволюция на религията. Духовни водачи от всички религии и учения ще се обединят и намерят допирни точки, чрез което да обслужат духовните потребности на хората. Каквито и да са духовните ви убеждения или религиозни предпочитания сега, те със сигурност ще се разгърнат в нещо по-голямо, по-дълбоко, ново и жизнено, нещо неизживяно на тази планета досега. Великите религии и учения, които са обслужвали човечеството хиляди години, няма да бъдат захвърлени при тази нова еволюционна промяна, а по-скоро ще бъдат съживени в истинската си същност. Защото промяната в съзнанието ни ще освободи установените догми, и духът на това, което е основа на всички религии - единството на всички нас - ще излезе на преден план.

Така ще стане и с медицината, бизнеса, политиката - всички ще

бъдат променени. Какви зашеметяващи трансформации ще се случат с всичко това ли? Това, което мога да кажа е, че те няма да имат нищо общо с начина, по който изглеждат днес. Представете си стремителните промени, които ще се появят, когато се случи еволюцията на съзнанието, и почувстваме единението си като нещо толкова очевидно, че да се делим на богати и бедни ще бъде абсурдно като това да си отрежем ръцете или краката.

Представете си какво ще бъде да сме напътствани, подкрепяни и вдъхновявани от най-прозорливите и находчиви във всяка област на човешката дейност. Най-находчивите и умните сега се занимават главно с това да натрупат богатство и власт, и кой ли може да ги вини -това са хубави и значими награди в играта на монопол. Но представете си, че тези хора и други с подобни или по-големи възможности открият и космическата игра, и почувстват дълбок призив в себе си да направят света по-добро място, не защото мислят, че е нужно, а защото това е най-очевидното нещо, което може да се направи. Изведнъж разбират, че няма нищо по-привлекателно за тях, и почват да правят това с желание и страст. Представете си как милиони от най-находчивите и интелигентните използват представите, богатството и таланта си по креативен Начин, който да помага на хората в неравностойно положение, бедните, възрастните, на младите и обещаващи хора. Представете си как те работят за каузи, създават възможности непрекъснато и успяват във всичко, с което се захванат. А те ще успеят, защото са най-умните и надарените от нашия човешкия вид. Представете си как те се занимават с

144 Лекция на Мухамад Юнус (Ванкувър: Център Чан, 14 март 2008).

практики, посветени на добруването на човечеството. Представете си такъв свят. Може ли това да се случи? То ще се случи. Еволюцията ще направи това.

Когато мемовите на еволюцията на съзнанието и това, че всеки от нас се брой за хиляда, се разпространят, тогава много от нас ще започнат да действат. А това може да помогне на един пристрастен към дрогата да спре да взема хероина, защото вярва, че неговото действие има значение за хиляда други и си дава сметка как то може да промени нещата не само за него, но и за много други. Това му дава вдъхновение и смелост, и с освобождаването на себе си той се превръща във воин. Един корумпиран бизнесмен, вдъхновен от тази представа, или пък

обсебен от свой сън, който му разкрива тъмната страна, или пък нещо друго, може да промени също пътя си. Изведнъж той се чувства призован, вдъхновен и започва да се превръща в част от своята общност, построявайки домове за бездомните, давайки субсидии на хората в неравностойно положение, разкривайки себе си по напълно различен начин. Смотната майка, отчаяна, изплашена и останала без надежда, може да се вдъхнови също от тази представа, да намери сили в себе си и да стъпи на краката си, а тази проява на смелост също плете мрежата, помагайки на другите. Представата се разпространява и много хора почват да действат по смислен начин, като всеки един се брой за хиляда. Мемовите се превръщат в представа за надежда и вдъхновение, и много от нас ги приемат, докато накрая не се стигне до необходимия минимум и промяната се осъществи.

Възможно е космическото съзнание да ни помогне по този път или по някой друг, който все още никой не знае. Тук навлизаме в непознати води, но така или иначе движението на водата се променя от спад към възход, а потоците напредват бързо. Няма време вече да отлагаме. Дадена ни е възможността да участваме в нещо изключително. Космическото съзнание чука на вратата ни и някои от нас е нужно да имат смелостта да я отворят и да се отдадат на това, което ги призовава.

Всички велики революции от миналото са се случили, защото няколко души, завладени от идеята за това какво е възможно, решават да действат. Винаги се започва с няколко, но те стават много, когато условията са подготвени. Различното този път е, че това не е обикновена революция, смяна на охраната, така да се каже, а е гъсеницата да се превърне в пеперуда. Това е изключителната еволюция на нашия вид, достигащ космическото съзнание. Това е един призив, на който е нужно да отдадем пълното си внимание, и имаме нужда от седем милиона да започнат да играят космическата игра, за да се случи нещо дълбоко.

Великият Дзен учител Лунг-Я е написал следната прекрасна поема:

Тези в миналото щом не са били

просветлени, няма и да станат;

нужно е да го постигнеш в живота ти.

Будите, преди да стигнат Просветлението,

били са като теб сега.

Ако стигнеш Просветлението си днес,

*ще бъдеш като Будите преди.*¹⁴⁵

Тази поема е вдъхновяваща. Тя не само ни казва, че е възможно да върви по пътя на Буда, но и че всички предишни Буди са били като нас - отлагащи, избягващи това да се посветят, загрижени за материалните си удобства, обезпокоени от банални неща, съмняващи се в себе си. Насърчително е да знаем, че те също са се борили преди просветлението, че всъщност те са „били като теб сега". А след това се превърнали в Буди!

Исус също ни насърчава да направим това. Това, което мисля за най-разтърсващия и силен цитат от Библията, е когато Исус ни казва да бъдем точно като него. Вече цитирах това в предишна глава. В Евангелие на Йоан 14:12, Исус ни казва, че делата, които прави той, може да извърши и всеки друг човек, и дори „по-големи от тях ще върши".¹⁴⁶

Този пасаж повече от всеки друг ме кара да вярвам, че Исус е разбирал идването на еволюцията на съзнанието. Моите приятели-християни понякога не одобряват да говоря така, но е написано в Библията и не можем просто да го пренебрегнем, претендирайки че не е там. Необходимо е да допуснем, че Исус е знаел какво точно е говорил, и ако е така, изключителни неща ще започнат да се случват на тази планета.

Когато превъзмогнем мисълта, че всичко това е недопустимо, то изведнъж започва да има смисъл. Вселената еволюира и се променя от Големия взрив насам, и сега се намираме в хиперенергийно

¹⁴⁵ Cook 113

¹⁴⁶ Вж. Глава 12, бел. 2.

време, в което скоро ще се случи нещо удивително. Вселената се разгръща в огромен космически план, който е отвъд сегашната ни способност на разбиране, и всеки от нас играе своята уникална роля в тази еволюция. Космическото съзнание се ражда сега в нашия вид и най-уникалното е, че ако изиграем правилно картите

си, овладеем космическата игра и се пробудим, можем дори да започнем да играем за цялата вечност. А това би било забавно.

ПРЕПОРЪЧИТЕЛНА ЛИТЕРАТУРА

1. Begley Sharon. *Train Your Mind Change Your Brain*. New York: Ballantine Books/ Random House, 2007
2. Bohm, David. *On Creativity*. New York: Routledge, 1996.
3. Bohm, David. *Thought As a System*. New York: Routledge, 1992.
4. Callender, Creig and Ralph Edney. *Introducing Time*. UK: Icon Books, 2004.
5. Campbell, Joseph and Bill Moyers. *The Power of Myth*. New York: Doubleday, 1988.
6. Cook, Francis Dojun. *How to Raise an Ox*. Los Angeles: Center Publications, 1979.
7. Doidge, Norman. *The Brain that Changes Itself*. New York: Penguin Group, 2007.
8. Feinstein, David and Stanley Krippner. *The Mythic Path: Discovering the Guiding Stories of Your Past - Creating a Vision for Your Future*. New York: G.R Putnam's Sons, 1997.
9. Fortune, Dion. *The Mystical Qabalah*. Maine: Samuel Weiser Inc., 1993.
10. Fox, Matthew. *The Coming of the Cosmic Christ*. San Francisco: HarperCollins, 1983.
11. Greene, Brian. *The Elegant Universe*. New York: Vintage Books/ Random House, 1999.
12. Hawking, Stephen and Leonard Mlodinov. *The Grand Design*. London: Bantam Press, 2010.
13. Hubbard, Barbara Marx. *Conscious Evolution: Awakening Our Social Potential*. California: New World Library, 1998.
14. Kaplan, Aryeh. *Meditation and Kabbalah*. Boston: Red Wheel/ Weiser, 1982.

15.Kapleau, Philip. *The Three Pillars of Zen*. London: Rider &Co. Ltd., 1965.

16.Knight, Gareth. *A Practical Guide in Qabalistic Symbolism*. Maine: Samuel Weiser Publications, 1978.

17.Laszlo, Ervin and Jude Currivan. *CosMos: A Co-creator's Guide to the Whole World*. New York: Hay House Inc., 2008.

18.Laszlo, Ervin. *Science and the Akashic Field*. Vermont: Inner Traditions, 2004.

19.Leonard, George. *Mastery: The Keys to Success and Long-Term Fulfillment*. New York: Penguin Group, 1992.

20.Lipton, Bruce. *The Biology of Belief: Unleashing the Power of Consciousness, Matter and Miracles*. California: Elite Books, 2005.

21.Loori, John Daido. *Riding the Ox Home*. Boston: Shambhala Publications Inc., 1999.

22.McTaggart, Lynne. *The Field: The Quest for the Secret Force of the Universe*. UK: HarperCollins, 2001.

23.McTaggart, Lynne. *The Intention Experiment*. New York: Free Press/ Simon & Schuster, 2007.

24.Pagels, Elaine. *The Gnostic Gospels*. New York: Random House, 1979.

25.Pearce, Joseph Chilton. *Magical Child*. New York: Bantam Books, 1977.

26.Progoff, Ira. *Jung, Synchronicity, and Human Destiny*. New York: Dell Publishing, 1973.

27.Radin, Dean. *Entangled Minds: Extrasensory Experiences in a Quantum Reality*. New York: Simon & Schuster, 2006.

28.Salaman, Clement, Dorine van Oyen, William D. Wharton, and Jean-Pierre Mahé, trans. *The Way of Hermes: New Translations of the Corpus Hermeticum and the Definitions of Hermes Trismegistus to Asclepius*. London: Gerald Duckworth & Co., 1999.

29. Schwartz, Jeffrey M. and Sharon Begley. *The Mind and the Brain: Neuroplasticity and the Power of Mental Force*. New York: HarperCollins, 2002.

30.Sheldrake, Rupert. *Morphic Resonance*. Vermont: Inner Traditions, 1981.

31.Stapp, Henry P. *Mind, Matter and Quantum Mechanics*. New York: Springer-Verlag Berlin Heidelberg, 2004.

32.Talbot, Michael. *The Holographic Universe*. New York: HarperCollins, 1991. 33Williams, Donald Lee. *Border Crossings*. Toronto: Inner City Books, 1981.

34Wolinski, Stephen. *Quantum Consciousness: The Guide to Experiencing Quantum Psychology*. Connecticut: Bramble Books, 1993.

Превод Петя Тодорова и Емилия Стойчева

На корицата:

Ако това беше научно-фантастичен роман щеше да е оправдано да го заклеимите като чиста измислица, но това не е роман, не е и научна фантастика. Една изумителна нова реалност се разкрива пред нас благодарение на най-блестящите умове. Това е фантастично откритие – може би най-голямата загадка в света се разплита пред очите ни и ще се намери обяснение на нашето място в цялата схема на тази постоянно развиваща се вселена. Вечният въпрос е: хората просто злополучна грешка на природата ли са, родени от квантовата супа без определена цел и смисъл, или са нещо много по-голямо с космическа предопределеност, която предстои да бъде разкрита? Много учени, както и обикновени хора, се вълнуват и водят разгорещени спорове по този въпрос, но както ще стане ясно, има нови, убедителни доказателства, които навеждат на мисълта, че нашето съществуване и същност крият много повече и надхвърлят и най-смелите ни представи. Парадоксално е, но докато философи и мистици са се опитвали в продължение на хиляди години да стигнат до целта и смисъла на живота, сега науката е тази, която ни помага да разберем кои сме и къде е мястото ни във вселената.

Щастливци сме, че живеем в двадесет и първи век, век на изключителни открития, тъй като това ни дава възможност да ги използваме по начин, за който предците ни не са и мечтали. Ако имаше методи, чрез които тази информация да бъде сортирана, използването ѝ на практика би довело до поразителни резултати. Буквално всичко е възможно, когато приемем тези теории и заживеем по квантов начин.

